RADU TEODORESCU

ISIHASTUL CREȘTIN ORTODOX ÎN ACTUALITATE: DE LA INFORMAȚIE TEOLOGICĂ LA FORMARE DUHOVNICEASCĂ

Cugir 2024

CUPRINS

INTRODUCERE

Isihastul creştin ortodox este o persoană care caută liniştea mai mult decât orice. Acest lucru fiindcă fără de linişte el ştie că nu are cum să dobândească pacea inimii. Prin urmare este bine să ştim că isihastul este o tradiţie a liniştii şi păcii. Acest lucru este dedus chiar din termenul de isihasm care ştim că provine din grecescul isihia care înseamnă linişte. **„Isihasmul** (*hesychasmos*), din *hesychia*, "linişte, împăcare" este o tradiţie eremită de rugăciune în tradiția ortodoxă, a cărei practicare se numește *hesychazo*: "a păstra liniştea". Practicanţii sunt **isihaşti** (*hesychastes*).

Isihasmul se mai numește și **palamism** (denumire derivată din numele teologului Grigore Palamas), iar formele sale cunoscute provin din tradiția monastică a Muntelui Athos. Potrivit acestei doctrine, creștinul sau monahul trebuie să trăiască în pace și liniște, împăcând trupul cu sufletul, menținându-se într-o stare contemplativă. Se practica permanent așa-numita rugăciune a inimii sau a minții („Doamne Iisuse Hristoase, Fiul lui Dumnezeu, miluiește-mă pe mine păcătosul"), o formulă menită a ține trează conștiința bunătății dumnezeirii și a statutului de creatură păcătoasă.

Deși se spune (pe urmele lui Meyendorff) că Isihasmul ar fi fost inițiat de Grigore Palamas, există teologi care susțin că originile acestei practici sunt mult mai vechi, ea provenind de la pustnicii Egiptului.

Așa cum îl cunoaștem azi, în forma sa sistematizată, **Isihasmul** este învățătura teologului Grigore Palamas (arhiepiscop al Tesalonicului între 1347 și 1359). Acesta preia și îmbogățește principiile Sf. Grigore Sinaitul, în urma unei provocări a lui Varlaam Calabrezul, un monah ortodox calabrit (italo-grec), probabil influențat de nominalismul occidental. Astfel, curentul isihast se înfățișează ca o dispută începută în 1338, între Palamas și Varlaam, doi teologi importanți ai lumii bizantine."[1]

Am găsit că este bine să scriem o carte despre isihastul creştin ortodox într-o lume care vedem că este

- tulbure,
- neliniştită,
- agitată
- şi agresivă.

Este clar că în lumea de azi există foarte multe

- lucruri
- şi tendinţe

care nu au nimic în comun cu isihia.[2]

Isihastul este o persoană care în peisajul urban – de mai multe ori supra-aglomerat – nu este bine văzut şi nici bine primit. Aceasta fiindcă sunt mai mulţi care în marile metropole ale lumii sunt mult mai atraşi de practici neortodoxe ca yoga sau Meditaţia Transcedentală decât de viaţa pe care o oferă isihasmul creştin ortodox. „Practica isihastă este uneori comparată în mod exagerat cu tehnicile de meditație Budiste, Hinduiste sau Sufi, deși asemănările pot fi considerate forțate atâta timp cât practicanții isihasmului le resping pe motivul că posturile corporale și tehnicile de respirație practicate în isihasm sunt considerate de importanță instrumentală, pe primul loc fiind rugăciunea și Grația divină sau Harul. Această nuanță este importantă deoarece în Creştinism, spre deosebire de religiile orientale, desăvârșirea și mântuirea nu poate avea loc doar prin puterea (sau tehnica) omului, fiind necesar și Harul lui Dumnezeu."[3]

Omul modern se pare că nu prea găseşte mai deloc actual şi de folos isihasmul cu practicile lui care mai mult ţin de universul omului bizantin.

Ei bine în această carte vom arăta că isihasmul este încă o practică

- actuală,
- bună,
- folositoare
- şi plină de vitalitate.

Ceea ce mai multă lume crede este că poţi să fi isihast numai dacă te-ai retras în mănăstire sau trăieşti în pustie.

Ei bine acest lucru nu este adevărat. Nu este adevărat fiindcă trebuie să ştim că isihia este mai mult o stare de inimii.

---

[1] https://ro.wikipedia.org/wiki/Isihasm (accesat pe 22.12.2023).
[2] A se vedea Nicolae Steinhardt, *Drumul către isihie* (Cluj-Napoca, 2000).
[3] https://ro.wikipedia.org/wiki/Isihasm (accesat pe 22.12.2023).

Omul poate trăii în aglomerația marilor metropole ale lumii: București, Atena, Sofia, Paris sau New York și să fie isihast. Aceasta fiindcă trebuie să ne dăm seama că practica isihastul poate să fie făcută și în orașe și mari metropole. Ea se concentrează în acest caz mai ales pe rostirea rugăciunii lui Iisus: Doamne Iisuse Hristoase miluiește-mă pe mine păcătosul.[4]

La fel de bine poate că una dintre cele mai mari colecții de spritualitate ishiastă este Filocalia. Iată ce spunea în acest sens părintele Ioniță Apostolache: „Filocalia (sau „teologia frumuseții dumnezeiești”) definește „o antologie a cărei alcătuire a debutat odată cu încheierea disputelor din secolul al 14-lea, fiind finalizată de doi Părinți filocalici: Macarie Notaras (1731-1805) și Cuviosul Nicodim Aghioritul (1749-1809). Această amplă lucrare a fost editată prima oară în anul 1782 la Veneția, iar pe la mijlocul secolului al 2-lea a fost reeditată și în Grecia” (Ietotheos Vlachos, Teologia post-bizantină și experiența bisericească a Sfinților Părinți, București, 2012, p. 202). Sfântul Nicodim este autorul „Prologului” acestei minunate lucrări duhovnicești, unde definește această scriere ca fiind locul „în care se arată cum se poate mintea curăți, lumina și desăvârși prin filosofia morală, prin făptuire și vedere duhovnicească”. Textul său tratează câteva teme esențiale pentru înțelegerea vieții duhovnicești a omului filocalic: scopul creării omului, căderea omului, Întruparea lui Hristos, stingerea Duhului lui Dumnezeu, moștenirea părintească sau despre „cei ce se mântuiesc”. Nu în ultimul rând, Sfântul Nicodim ne arată cât de importantă este această colecție de scrieri duhovnicești pentru Biserică. „Carte ce este vistierie a trezviei, păzitoare sufletului, tainica școală a Rugăciunii minții, carte a lucrării cea prea minunată, a povățuirii spre privirea cea nerătăcită, Raiul Părinților, lanț de aur al faptelor bune, carte de învățătură densă a lui Iisus, cugetătoare, trâmbița cea înapoi chemătoare a harului și, pe scurt zice, aceasta, cu adevărat, este înalta îndumnezeire, lucru mai presus de oricare altul, de mii de ori dorit și de mulți ani cugetată și căutată” (Filocalia Sfinților Niptici, Atena, 1957, pp. 31-32).”[5]

Isihastul este cel care ajunge să ia în serios cuvintele Sfântului apostol Pavel care spunea: rugați-vă neîncetat (1 Tesaloniceni 5, 17). Rugăciunea trebuie să știm că este una care ține lumea. Aceasta contrar la mai multe opinii care susțin că de fapt lumea este susținută de

- bani,
- averi,
- plăceri trupești
- sau faimă.

Isihastul este unul care de mai multe ori ajunge să își folosească timpul liber pentru a se ruga mai mult și a ajunge la o unire mistică cu Iisus. Este un lucru fundamental pentru el și în acest sens acolo unde există este bine să știm că isihastul ajunge să popularizeze viața isihastă și celor din jur.

Părintele Maria Sava spunea în acest sens: „isihasmul constituie împlinirea firii omenești prin unirea cu harul dumnezeiesc, văzut ca lumină, ceea ce constituie intenția Creatorului încă de la începutul facerii - ca omul să dobândească asemănarea cu Dumnezeu sau îndumnezeirea, ca urmare a Întrupării Fiului lui Dumnezeu, iar apoi a Jertfei și Înălțării Sale cu trupul înviat la ceruri. Isihasmul nu se rezumă numai la monahii despre care vorbea Sfântul Grigorie Palama, ci este o constantă în viața omului, încă de la creație.”[6]

Isihastul acolo unde există trebuie să știm că este un far de lumină. Aceasta fiindcă lumea nu are mai nmic de câștigat de pe urma

- îmbulzelii,
- aglomerației inutile,
- forfotei
- și gălăgiei.

Sunt mai multe orașe din lumea care știm că se spune că *nu dorm niciodată*. Acesta fiindcă după aglomerația din timpul zilei ei bine urmează viața de noapte.

- Cabarete,
- striptease,
- discoteci,
- cluburi
- cazinouri

---

[4] A se vedea Mina Dobzeu, *Rugăciunea lui Iisus pentru începători* (Editura Panaghia, 2003).

[5]Preot Ioniță Apostolache, Ziarul Lumina https://ziarullumina.ro/actualitate-religioasa/documentar/sfantul-nicodim-aghioritul-cuvios-al-experientei-isihaste-155534.html (accesat pe 22.12.2023).

[6] Preot Marian Sava, Ziarul Lumina https://ziarullumina.ro/actualitate-religioasa/an-omagial/isihasmul-lumina-din-lumina-celui-nascut-in-betleem-176821.html (accesat pe 22.12.2023).

- sau baruri

se deschid imediat ce începe noaptea. Este clar că în astfel de medii urbane nu are cum să existe isihie. Nu are cum fiindcă ştim că Dumnezeu şi diavolul nu pot coexista în acelaşi loc. părintele Marian Sava era concludent când spunea: „Hristos Se arată pe Sine: „Eu sunt Lumina lumii”. Și dacă El, Cuvântul, S-a făcut trup, atunci şi această revelaţie: Iisus - Lumina lumii, s-a concretizat în Schimbarea la Faţă pe Muntele Tabor, înaintea celor trei ucenici, Petru, Iacob şi Ioan, când faţa Lui a strălucit ca soarele, iar veşmintele Lui s-au făcut albe ca lumina.

Vindecările săvârşite de Hristos au fost o actualizare a actului creaţiei de la Facerea lumii, când Dumnezeu - Tatăl prin Fiul în Duhul Sfânt - l-a plămădit pe om din pământ şi a suflat în faţa lui suflare de viaţă. Mai târziu, la re-creaţie, Fiul lui Dumnezeu l-a făcut pe om împreună creator. Hristos Se prezintă pe Sine a fi Lumină a lumii înainte de vindecarea orbului din naştere, iar prin oferirea vederii luminii naturale, create, Se descoperă pe Sine ca Fiu al lui Dumnezeu, căci la întrebarea adresată orbului vindecat: „Crezi tu în Fiul lui Dumnezeu?”, acesta întreabă la rândul său: „Dar cine este, Doamne, ca să cred în El?”. Iar Iisus a zis: „L-ai şi văzut! Cel Care vorbeşte cu tine, Acela este”. Orbul vindecat a zis atunci: „Cred, Doamne. Și s-a închinat Lui”.”[7]

Doi poeţi discutau într-o zi.

- Știi ce?
- Ce?
- Nu se poate scrie poezie de calitate în marile metropole ale lumii.
- De ce?
- Fiindcă este prea mult zgomot.
- Cu cred că este mai mult o problemă de obişnuinţă.
- De ce?
- Fiindcă dacă te naşti acolo eşti obişnuit.
- Crezi?
- Da.
- Eu nu.
- De ce?
- Se poate scrie poezie în marile oraşe.
- Și atunci?
- Dar nu poezie de calitate.
- De ce?
- Poezia se scrie în linişte.
- De ce?
- Ce întrebare este asta?
- Una firească.
- Dacă nu ai linişte nu ai cum să simţi poezia.
- Nu ştiu ce să spun.
- Să crezi ce îţi spun eu.
- Încerc.
- Și vei reuşii.
- Oare?
- Da.
- Cum?
- Dacă vrei cu adevărat.
- Nu pot primite.
- Ca să te fac că înţelegi îţi voi spune o întâmplare.
- Ce întâmplare?
- Una adevărată.
- Da?
- Da.
- Despre ce?
- Despre care este rolul vieţii duhovniceşti în viaţa unui poet.
- Pare interesant.

[7] Idem.

- Sigur că este.
- Bine, spune.
- Se spune că era un poet foarte credincios.
- Creştin?
- Da.
- Frumos.
- Ei bine acest poet nu lipsea niciodată de la liturghie.
- Și mai frumos.
- Aşa a fost toată viaţa.
- Participa la liturghie?
- Da.
- Bine.
- Cu această practică a ajuns la adânci bătrâneţi.
- Da?
- Da.
- Uau.
- Într-o zi de iarnă s-au auzit clopotele bisericii care chemau la liturghie.
- Şi?
- Poetul a dat să plece la biserică.
- Înţeleg.
- Unde mergi tată? L-au întrebat copii.
- La biserică.
- Nu se poate.
- De ce?
- Este viscol.
- Ei lasă.
- Nu tată, te vei îmbolnăvii.
- Nu, voi rezista.
- Tată eşti bătrân.
- Şi?
- Trebuie să ai de grijă de sănătatea ta.
- Poetul cel bătrân era trist că nu putea merge la liturghie.
- Îmi dau seama.
- La el a venit un prieten care l-a văzut că este trist.
- De ce eşti trist?
- Fiindcă nu pot merge la liturghie.
- Hahaha.
- De ce râzi?
- Pentru asta eşti trist?
- Da.
- Păi liturghii o să mai fie.
- Închipuieşte-ţi că ai fi câştigat un bilet de loterie un milion de lei. Dar abia astăzi ai auzit aceasta, în ultima zi de plată. Nu fe-ai duce să primeşti banii chiar şi prin cel mai mare viscol ?
- De sigur că m-aş duce, răspunse prietenul.
- Poetul zise atunci aşa.
- Cum?
- Vei recunoaşte că o liturghie face mai mult de cât ori care câştig de loterie, toţi banii din lume nu-i poţi pune în cumpănă cu o liturghie.
- Bine gândea poetul.
- Aşa este.
- Ar fi bine dacă mai mulţi ar gândii aşa ca el.
- Aşa este.
- Frumoasă povestea.[8]

[8] A se vedea Grigorie Comşa, *1000 de pilde pentru viaţa creştină* (Arad, 1929).

Întâmplarea de mai sus ne spune că sunt şi mari isihaşti care văd lumea diferit de noi şi adevărul este că ei o văd cel mai bine. Sunt mai multe viziuni neortodox asupra lumii care sunt foarte populare şi care evident că nu ne ajută cu nimic. Despre isihasm părintele Maria Sava spunea: „isihasmul (gr. Hesychia = tăcere, linişte şi concentrare interioară) este o tradiție ascetică monahală, care își are temeiul în cuvintele Mântuitorului: „Fericiți cei curați cu inima, că aceia vor vedea pe Dumnezeu" și „Împărăția lui Dumnezeu este înăuntrul vostru", precum și îndemnurile Sf. Apostol Pavel: „Rugați-vă neîncetat" și „Stăruiți în rugăciune". Scopul principal al rugăciunii este curățirea inimii, dar pentru ca mintea omului să nu fie în împrăştierea grijilor vieții, ci adunată, rugăciunea trebuie să fie scurtă: Doamne, Iisuse Hristoase, Fiul lui Dumnezeu, miluiește-mă pe mine, păcătosul! Aceasta este rugăciunea lui Iisus ori rugăciunea minții sau a inimii. Prin practicarea rugăciunii neîncetate s-au născut în Biserică isihasmul, dorul de liniște și trezvie, sau starea de pace și bucurie duhovnicească în contrast cu lumea agitată.

Isihia creează o stare în care se practică virtuțile pocăinței, curăției inimii, trezviei - cu scopul schimbării minții (metanoia), al schimbării la față, al transfigurării (metamorphosis) și al îndumnezeirii (theosis). Astfel, omul poate ajunge să-L trăiască pe Hristos asemenea Sfântului Apostol Pavel: „De acum nu mai trăiesc eu, ci Hristos trăiește în mine"."[9]

CAPITOLUL 1

DOMNUL IISUS HRISTOS DUMNEZEU OMUL: CEL MAI MARE ISIHAST AL TUTUROR TIMPURILOR

Domnul Iisus Hristos a fost cel mai mare isihast şi se poate spune că El este fondatorul isihasmului. De ce? Ştim acest lucru din Noul Testament. Mai înainte de a îşi începe lucrarea publică ei bine ştim că Iisus s-a retras în post şi rugăciune timp de 40 de zile în pustia Carantaniei. Iisus a făcut ce mai mulţi sfinţi isihaşti au imitat mai apoi. Mai toţi mari sfinţii isihaşti au fost unii care s-au retras din lume şi au dus o viaţă aspră de asceză. Iată ce spunea în acest sens părintele Marian Sava: „născut în Ucraina, Sfântul Vasile de la Poiana Mărului (1692-1767) a trăit 20 de ani la Mănăstirea Dălhăuți în Vrancea, iar în anul 1733 a înființat Schitul din Poiana Mărului. Acesta a fost duhovnic nu doar al monahilor, ci și al mirenilor și afirma că rugăciunea minții poate fi practicată de orice om și e premisa de la care se pornește în viața duhovnicească: rugăciunea minții nu e rezervată doar unei elite duhovnicești, ci este recomandată și celor începători. Condiția este ca aceștia să o practice cu gândul la propria stare de păcătoșenie, cu căință, smerenie și nu dorind experiențe duhovnicești înalte, căci acestea sunt darul lui Dumnezeu. De aceea, Sfântul Grigorie Sinaitul (1255-1346), în jurul căruia s-au aflat și călugări români, atrage atenția în practicarea rugăciunii neîncetate, asupra nălucirilor și ispitelor care pot veni din afară: „Dacă, împlinindu-ți lucrul, vei vedea o lumină sau un foc din afară sau dinăuntru, sau vreun chip, zice-se al lui Hristos, sau al vreunui înger, sau al altcuiva, să nu le primești, ca să nu suferi vreo vătămare"."[10]

Este evident că isihasmul este o chemare spirituală frumoasă de care trebuie să ţinem cont şi pe care trebuie să o avem în vedere.

Noul Testament ne spune că de mai multe ori Iisus a ieşit în pustie fie singur sau fie cu apostolii şi s-a rugat. Isihia prin urmare nu a fost străină de viaţa lui Iisus. Prin urmare a spune că Iisus nu a fost un isihast este o greşeală. Aceasta fiindcă se poate vedea că sunt mai multe forme Iisus a practicat isihia şi a încurajat o viaţă isihastă.[11]

Sunt mai mulţi sfinţi isihaşti dar poate că cei mai cunoscuţi sunt:

- Sfântul Grigorie Palama,
- Sfântul Simeon Noul Teolog,
- Sfântul Paisie Velicikovski,
- Sfântul Grigorie Sinaitul,
- Sfântul Vasile de la Poiana Mărului,
- Sfântul Simeon al Tesalonicului s
- Sau Sfântul Nicolae Cabasila.

---

[9]Preot Marian Sava, Ziarul Lumina https://ziarullumina.ro/actualitate-religioasa/an-omagial/isihasmul-lumina-din-lumina-celui-nascut-in-betleem-176821.html (accesat pe 22.12.2023).
[10] Idem.
[11] A se vedea Florin Ciprian Petre, *Cum se rugau sfinții isihaști* (Editura Cuvântul Vieții, 2022).

După cum am spus una dintre practicile principale isihaste este Rugăciunea lui Iisus sau Rugăciunea inimii. Despre ea părintele Marian Sava spunea foarte bine: „rugăciunea lui Iisus este o metodă de a contracara gândurile rele și patimile, iar aceasta este o datorie a tuturor celor care au primit harul Botezului, pentru a menține vie legătura permanentă cu Hristos. Când omul se roagă, Dumnezeu lucrează în inima lui, întrucât rugăciunea nu este numai lucrarea omului înaintea lui Dumnezeu, ci și lucrarea lui Dumnezeu în inima omului. Inclusiv Taina Sfintei Liturghii nu poate fi simțită profund decât numai în temeiul unei pregătiri lăuntrice, care se poate realiza prin rugăciunea lui Iisus. Pentru cei care au ajuns la stări duhovnicești înalte, consecința practicării rugăciunii inimii și a trăirii în Hristos ar putea fi vederea luminii taborice, iar cei care se învrednicesc să vadă strălucirea dumnezeiască devin și ei părtași acestei lumini, asemenea lui Moise.

Deși părintele profesor Ion Bria afirma că întemeietorul propriu-zis al isihasmului este autorul scrierii Scara Raiului, adică Sfântul Ioan Scărarul (†649), totuși el amintește și de isihasmul practicat de Macarie Egipteanul în secolul al V-lea, dar și de cel practicat de Evagrie Ponticul (†399), în secolul al IV-lea. În perioada dintre secolele al IV-lea și al V-lea poate fi descoperit un isihasm înainte de isihasm și în viața Sfintei Maria Egipteanca, întrucât aceasta mărturisește că, în urma rugăciunilor - cu fața la pământ, ca urmare a pocăinței pentru păcate și a făgăduinței de îndreptare pe care a făcut-o lui Dumnezeu, în urma experienței cu Sfânta Cruce -, a văzut lumina dumnezeiască."[12]

Ceea ce trebuie să ştim este că isihasmul a existat din primele zile ale creştinismului dar el va ajunge să se definitiveze ca doctrină numai în secolul al XIV-lea odată cu Sfântul Grigorie Palama.[13]

În acest se poate spune că părinţii deşertului au fost primii mari ishiaşti creştin ortodocşi. Motivaţia pentru care ei au părăsit lumea nu a fost atât

- gălăgia
- şi haosul

din ea ci mai mult faptul că în secolul IV odată cu încreştinarea fostului Imperiu Roman ei bine cei mai mulţi au făcut-o numai formal după cum formal erau şi păgâni.

„În primul secol creștin, Saul din Tarsul Ciliciei a obținut de la arhiereu scrisori, delegații către sinagogile din Damasc cu scopul identificării și prinderii creștinilor pentru a-i aduce la Ierusalim spre judecată și condamnare. Însă, pe când călătorea el și se apropia de Damasc, o lumină din cer, ca de fulger, l-a învăluit deodată, iar Hristos i S-a revelat și i-a vorbit. Acesta a fost momentul în care prigonitorului creștinilor i s-a schimbat mintea și odată cu ea întreaga viață, devenind prin revelație Apostolul Neamurilor. La scurt timp după Înălțarea Mântuitorului cu trupul Înviat la ceruri, Sfântul Arhidiacon Ștefan a fost ucis cu pietre. El a fost nu numai primul martir creștin, ci și un isihast, căci, înainte de a fi ucis, fiind plin de Duh Sfânt și privind la cer, a văzut lumina lui Dumnezeu și pe Iisus stând de-a dreapta lui Dumnezeu.

Cu toate acestea, Sfântul Grigorie Palama afirma că Fecioara Maria este prototipul vieții isihaste, căci a văzut lumina dumnezeirii în momentul Bunei Vestiri. Asemenea, s-a afirmat că Sfântul Ioan Botezătorul este prototipul vieții pustnicești.

Înaintea tuturor acestora, Moise a văzut pe Sinai slava dumnezeirii, iar după ce a coborât de pe munte fața lui iradia lumină, era strălucitoare, încât a fost nevoie să o acopere cu o pânză. Așa cum Moise s-a împărtășit de lumina dumnezeiască de la Izvorul ei, tot astfel și poporul s-a împărtășit de această lumină a dumnezeirii prin el. În fine, cu certitudine, Adam și Eva, înainte de căderea în păcat, au văzut slava dumnezeirii."[14]

Evident că pe parcursul timpului au fost mai mulţi care nu au fost de acord cu idea că Iisus este primul isihast. În mare parte trebuie să ştim că acest lucru este adevărat. Au fost mai mulţi sfinţi din Vechiul Testament care au dus o viaţă de isihaşti. Poate cel mai cunoscut este cazul Sfântului proroc Ilie care ştim că fiind prigonit de regele Ahab şi de regina Isabela a ales să locuiască în pustie. Era hrănit în mod miraculos de un corb care îi aducea de mâncare în cioc.

La fel de bine se poate spune că Sfântului Ioan Botezătorul a dus şi ei o viaţă de isihast. Ştim că Sfântul Ioan Botezătorul locuia în pustie, unde hrănea cu rădăcini şi miere sălbatică. La fel de bine avea haine din blană de animale.

12Preot Marian Sava, Ziarul Lumina https://ziarullumina.ro/actualitate-religioasa/an-omagial/isihasmul-lumina-din-lumina-celui-nascut-in-betleem-176821.html (accesat pe 22.12.2023).

13 A se vedea John Meyendorff, *Sfântul Grigorie Palama și mistica ortodoxă* (București, 2007).

14 Preot Marian Sava, Ziarul Lumina https://ziarullumina.ro/actualitate-religioasa/an-omagial/isihasmul-lumina-din-lumina-celui-nascut-in-betleem-176821.html (accesat pe 22.12.2023).

Este clar că Sfântului Ioan Botezătorul a dus şi el o viaţă de isihast. Totuşi este bine să ştim că nici Sfântului Ilie şi nici Sfântul Ioan Botezătorul nu au fost isihaşti în deplinătate. Aceasta fiindcă numai venirea lui Iisus în lumea putea aduce cu sine liniştea totală şi deplină. Părintele Marian Sava spunea în acest sens: „în urma acestei succinte cronologii în ordine inversă (după modelul genealogiei Mântuitorului din Evanghelia de la Luca), a isihasmului timpuriu - de la Sfântul Ioan Scărarul, secolul al VII-lea, până la protopărinții Adam și Eva - se poate desprinde o concluzie: potrivit mărturiilor Sfintei Scripturi, isihasmul constituie împlinirea firii omenești prin unirea cu harul dumnezeiesc, văzut ca lumină, ceea ce constituie intenția Creatorului încă de la începutul facerii, ca omul să dobândească asemănarea cu Dumnezeu sau îndumnezeirea, ca urmare a Întrupării Fiului lui Dumnezeu, a Jertfei și Înălțării Sale cu trupul înviat la ceruri.”[15]

În Vechiul Testament se poate spune că avem mai multe

- aproximări,
- prefigurări
- şi închipuiri

ale isihasmului creştin ortodox.

Totuşi trebuie să ştim că fără de Iisus nu avea cum să existe de exemplu Rugăciunea lui Iisus care ştim că este centrală isihasmului. Fără ca Mesia să fi venit în lume nu prea avem cum să ne rugăm Lui.

În acest sens este bine să ne dăm seama că isihasmul este profund soteriologic. Aceasta fiindcă scopul lui urmăreşte mântuirea omului.

În istorie au existat mai mulți înnoitori ai idealului isihast.[16] În acest sens părintele Marin Sava spunea: „Cu siguranță, paisianismul este curentul eminamente isihast, dar varianta culturală a acestuia, deoarece reprezintă întoarcerea la operele Sfinților Părinți, la esența care a dat naștere marilor trăitori ai creștinismului. Nevoia acestei întoarceri a fost determinată tocmai de îndepărtarea de izvoarele care au pus bazele vieții monahale și ale trăirii creștine în forma ei profundă, care conduce către iluminare și către unirea creației cu Creatorul ei prin har.

Activitatea care defineşte cel mai bine curentul paisian este „formidabila lui vocaţie şi operă culturală... şi mai precis filologică”, după cum aprecia arhimandritul Ciprian Zaharia. În acest sens, protoiereul Serghie Cetfericov sublinia că aici, la Neamţ, „stareţul întemeiază o întreagă şcoală pentru formarea de corectori şi traducători; el ştiu să ridice şi să stârnească interesul către ocupaţiunea cărturărească, cititul şi copierea”.

Activitatea sa culturală este reprezentată de traducerea şi îndreptarea textelor patristice în limbile *română* şi *slavonă* ca urmare a faptului că ele lipseau din bibliotecile mănăstirilor, iar cele care se găseau aveau o calitate îndoielnică a traducerii sau aveau un conţinut obscur, greu de descifrat. Aceasta l-a făcut mai târziu pe Platon (viitorul stareţ Paisie) să îndrepte un mare neajuns al multor traduceri care aveau diverse imperfecţiuni de ordin filologic şi teologic. O altă problemă era aceea că până acum traducerile se făceau în limbile Părinţilor, care nu erau accesibile decât unui număr restrâns de cititori, buni cunoscători ai acestor limbi.”

Această realitate l-a făcut pe Cuviosul Paisie ca, încă din perioada în care era la Athos, să demareze cea mai complexă acţiune de traducere, făcând din comunităţile sale adevărate centre culturale. Ceea ce este foarte important de subliniat în legătură cu activitatea de traducător şi interpret este faptul că, pentru prima dată, traducerea se face ştiinţific, foarte bine organizat. Metoda traducerii ştiinţifice comparative va fi adoptată în Occident mult mai târziu, în a doua jumătate a secolului al XIX-lea de către Jean Paul Migne, care o va folosi la realizarea celebrei sale colecţii de patrologie.”[17]

Este clar că dacă în Vechiul Testament ei bine isihasmul a fost mai mult prefigurat ei bine Iisus a ajuns să îl desăvârşească.

Ştim că Sfântul Grigorie Palama a ajuns să vadă lumina necreată sau lumina taborică pe care au văzut-o sfinţii apostoli pe Muntele Tabor la schimbarea la faţă. La fel de bine au fost mai mulţi călugări care prin practica isihastă au ajuns să vadă această lumină taborică.

Nu trebuie să credem dacă vom începe să îi imităm pe marii sfinţi isihaşti automat vom ajunge să vedem lumina necreată. Vederea luminii necreate a lui Dumnezeu este o practică ce nu este asemenea unei reţete culinare pe care dacă o respectăm cu stricteţe vom ajunge să avem o mâncare delicioasă. Totuşi practica isihastă fără doar şi poate că aduce luminarea minţii şi izgoneşte gândurile

- rele,

---

[15] Idem.

[16] A se vedea Constantin Marin, *Isihasm în spaţiul mioritic românesc. De la palamism la paisianism* (Editura Lumen, 2009).

[17] Preot Marian Sava, Ziarul Lumina https://ziarullumina.ro/actualitate-religioasa/an-omagial/isihasmul-lumina-din-lumina-celui-nascut-in-betleem-176821.html (accesat pe 22.12.2023).

- păcătoase
- şi pătimaşe.

Prin urmare chiar dacă nu ajungem să vedem lumina necreată a lui Dumnezeu în această viaţă ceea ce trebuie să ne dăm seama este că oricum vom avea beneficii de pe urma practicii isihaste.[18]

Doi istorici creştin ortodocşi discutau.

- Ştii ce?
- Am observat un lucru.
- Care?
- Marile fapte ale lumii nu au fost făcute niciodată în haos şi gălăgie.
- Adică?
- Mari oameni ai istoriei au fost oameni ai liniştii.
- Revoluţionarii au fost oameni ai liniştii?
- Da.
- Cum?
- Ei au meditat la idealurile pentru care au ales să lupte.
- Ştii ce susţii tu?
- Nu.
- Isihasmul.
- Am auzit de el.
- Este o mişcare creştin ortodoxă care susţine nevoie de linişte.
- Pare sănătos.
- Oare?
- Da.
- De ce?
- Avem nevoie de linişte.
- Cum?
- Ştii ce spun medicii?
- Nu.
- Poţi adormii în gălăgie.
- Şi?
- Dar acel somn nu este calitativ identic cu somnul în linişte.
- De ce?
- Este un somn agitat.
- Nu ştiam.
- Ba da.
- Şi cum de isihasmul nu este prea cunoscut.
- Este.
- Nu prea cred.
- Sunt mulţi care sunt isihaşti fără să fie conştienţi.
- Oare?
- Da.
- Adică?
- Oricine iubeşte liniştea şi virtutea este într-un anume fel isihast.
- Nu prea înţeleg.
- Te voit face să înțelegi.
- Chiar te rog.
- Îţi voi da un exemplu din istorie.
- Care?
- Din antichitate.

[18] Un înnoitor al practicii isihaste în România secolului XX a fost părintele Ghelasie Gheorghe (1944-2003) de la Mănăstirea Frăsinei. El a scris mai multe cărţi isihaste prin care a voit să reaprindă flacăra ishasmului în rândul tinerilor. Acest lucru părintele Ghelasie la reuşit. S-au ridicat mai multe obiecţii cu privire la scrierile părintelui Ghelasie care sunt mai nonconformiste în sensul că au o caligrafie neconvenţională. Totuşi mesajul cărţilor părintelui Ghelasie de la Frăsinei este unul profund isihast. A se vedea Ghelasie Gheorghe, *Isihasm. Dialog în absolut* (Bucureşti, 2007).

- Spune.
- Se spune că în antichitate regele persan Chosroes a adus la un loc mai mulți filosofi greci și indieni.
- Şi?
- Acolo regele Chosroes le-a spus.
- Ce?
- V-am adunat aici fiindcă vreau să vă spun o întrebare.
- Care?
- Care este cel mai trist lucru din lume?
- Asta este întrebarea?
- Da.
- Păi ce întrebare este aceasta?
- O întrebare demnă de un filosof.
- O să vă spun eu care este cel mai trist lucru din lume a intervenit un filosof grec.
- Care?
- Cel mai trist lucru din lume este o bătrânețe fără putere împreunată cu mizeria.
- Da este un lucru trist, a răspuns regele Chosroes.
- Eu cred că altceva este un lucru trist, a răspuns un filosof indian.
- Ce?
- O boală corporală împreunată cu o boală sufletească.
- Este şi acest lucru foarte trist, a răspuns regele Chosroes.
- Dar tu ce părere ai rege Chosroes? Au întrebat filosofii.
- Eu?
- Da.
- M-am gândit mult.
- Şi?
- Ştiţi care este cel mai trist lucru din lume pentru mine?
- Nu.
- Este acel moment în care omul este cu un picior în groapă şi îşi dă seama că nu a obținut nici o virtute în viață.
- Ştii ce?
- Ce?
- A dreptate rege Chosroes.
- Am?
- Da.
- Adică?
- Din toate lucrurile care s-au spus aici cel mai trist lucru este cel spus de tine.
- Mă bucur că îmi dați dreptate.
- Sigur că ai dreptate.
- Bine.
- Frumoasă povestea.
- Şi pilduitoare nu?
- Da.
- Vezi isihaştii sunt unii care i-au în serios virtuțile.
- Şi bine fac.
- Un isihast în fața morții este un împăcat.
- De ce?
- Fiindcă şi-a făcut datoria morală în această lume.
- Asta aşa este.
- Deci istoria are nevoie de isihaşti.
- Dar cei mai mulți isihaşti se retrag din lume.
- Dar nu şi din istorie.
- Aşa este.
- Mă bucur că îmi dai dreptate.[19]

[19] A se vedea Grigorie Comşa, *1000 de pilde pentru viața creştină* (Arad, 1929).

Dialogul de mai sus ne spune că sunt multe lucruri triste în această lume însă unul dintre cele mai triste este să ne mustre conştiinţa că nu am lucrare virtuţile creştin ortodoxe. Gânditoarea creştin ortodoxă Elena Rusu spunea în acest sens: „asemenea marilor părinți și dascăli ai Bisericii, Cuviosul Paisie aprecia mult nu doar teologia, ci toate acele ramuri ale ştiinţei care luminează mintea şi îl ajută pe om să se desăvârşească în calitate de fiinţă raţională. De aceea, într-o scrisoare adresată arhimandritului Teodosie, el spune că „traducătorul de cărţi trebuie să fie întru toate învăţat şi nu numai în toată învăţătura gramaticală şi în ortografie, şi întru acea nemărginită cunoaştere a însuşirilor ambelor limbi să fie desăvârşit, ci încă şi în cele mai înalte învăţături: poetică, retorică şi filosofie, încă şi de însăşi teologie, nu numai cu degetul să o fi atins".

Toate aceste traduceri aveau, aşadar, ca scop revigorarea vieţii monahale prin asceză şi cultură. De aceea, chiar dacă aceşti smeriţi tălmăcitori sunt total necunoscuţi majorităţii contemporanilor noştri, ei au pus bazele culturii române moderne, ei au dat startul făuririi limbii române literare în Moldova. Deși Cuviosul Paisie a creat la Mănăstirea Neamţ o adevărată şcoală de traducători şi copişti, unde activităţile literare erau organizate pe cele mai noi şi îndrăzneţe principii, totuşi, după cum remarca cu tristeţe N. A. Ursu, cei care s-au ocupat de istoria învăţământului românesc nu au amintit nimic despre rolul binefăcător al acestei şcoli în istoria culturii româneşti."[20]

Sunt mai mulţi care contestă că de fapt Rugăciunea lui Iisus – care este proprie isihasmului mai ales – este de fapt una biblică. Aceasta fiindcă oamenii de cele mai multe ori trebuie să găsească dovezi în Biblie; aceasta mai ales pe fondul influenţelor protestante şi neo-protestante din zilele noastre care acceptă dictonul sola Scriptura adică numai Biblia. Ei bine adevărul este că de fapt Rugăciunea lui Iisus este inspirată din Biblie. Ea ne spune că la un moment un orb stătea pe marginea drumului şi când Iisus a trecut pe lângă el i-a spus: Iisuse Fiul lui David miluieşte-mă. Avem aici o proto-rugăciune a lui Iisus. Aceasta fiindcă orbul cere mila lui Iisus pentru a fi vindecat. Ei bine isihaştii vor perfecţiona această scurtă rugăciunea a robului – care va fi ascultată de Iisus – şi se va ajunge la Rugăciunea lui Iisus după cum o ştim azi.[21]

Totuşi trebuie să ştim că isihaştii nu sunt persoane care nu sunt deschise culturii. Ei sunt deschise spiritualităţii creştin ortodoxe dar şi culturii timpului cu care dialoghează. Gânditoarea Elena Rusu spunea în acest sens: „Cuviosul Paisie nu avea un *punct terminus* al activităţii sale şi a ucenicilor săi, ci întregul său demers urmărea progresul neîncetat al comunităţii monahale, progres care se face nu doar prin asceză, ci şi prin cultură. Aceasta a fost concluzia la care ajunsese în tinereţe, când, căutând un duhovnic potrivit pentru a-i călăuzi paşii şi negăsindu-l, s-a dat spre ucenicie Sfinţilor Părinţi care l-au povăţuit din primii ani.

Așadar, paisianismul rămâne până astăzi curentul spiritual care a acordat o deosebită atenție luminării prin cultură, în mod special prin reprezentanții săi ajunși pe treptele înalte ale ierarhiei, dar și prin cei care au rămas toată viața simpli monahi, „devotați credinței și culturii creștine" (Ilarion Felea). Totodată, reprezintă renașterea spirituală prin readucerea în actualitate și interiorizarea principiilor isihasmului într-un veac al secularizării prin excelență, mai ales în Occident."[22]

Într-o lume în care secularismul şi heterodoxia sunt în floare ei bine de mai multe ori practici cum ar fi isihasmul tradiţional creştin ortodox sunt cât se poate de

- contestate,
- puse la îndoială,
- chestionate
- şi de cele mai multe ori respinse.

Omul de azi nu mai crede de mai mult timp în supremaţia spiritului asupra materiei. Aceasta fiindcă cei mai mulţi oameni de azi suntem un fel de materialişti hedonişti.

Isihasmul este unul care ne spune că linişte este esenţială pentru liniştea sufletului. Trebuie să ştim acest lucru în vremurile noastre când lume crede că se poate împlinii în

- zgomot,
- zarvă,
- larmă,
- forfotă
- şi animozitate.

---

[20] Elena Rusu, Ziarul Lumina https://ziarullumina.ro/actualitate-religioasa/documentar/paisianismul-redescoperirea-isihasmului-prin-rugaciune-si-cultura-175991.html (accesat pe 22.12.2023).

[21] A se vedea Serafim Joantă, *Isihasmul: tradiţie şi cultură* (Bucureşti, 1994).

[22] Elena Rusu, Ziarul Lumina https://ziarullumina.ro/actualitate-religioasa/documentar/paisianismul-redescoperirea-isihasmului-prin-rugaciune-si-cultura-175991.html (accesat pe 22.12.2023).

De ce? Fiindcă toate acestea îi creează omului iluzia de activism şi de acţiune. Omul de azi se vrea un om de acţiune şi pentru acest lucru el nu este dispus să asimileze noţiunea de linişte. Este greu de acceptat pentru omul de azi că Iisus a fost un isihast în sensul cel mai adevărat al expresiei. Părintele Gheorghe Holbea spunea în acest sens: „pentru creştinii din vremea Sfântului Grigorie Palama şi pentru cei de astăzi, în vremuri extrem de tulburi, principala problemă nu este „cum să înainteze prin credinţă pentru a-L întâlni pe Hristos în viitor, ci mai degrabă cum să primească prezenţa lui Hristos acum, în fiecare moment prezent", după cum spune G. Mantzaridis. Scopul Bisericii este zidirea Trupului lui Hristos „realizată prin «exodul» credincioşilor din vâltoarea evenimentelor pământeşti şi punerea lor pe calea «theozei» sau îndumnezeirii. Acest «exod» sau retragere din lume n-are loc în mod abstract, ci se bazează pe prezenţa Dumnezeului veşnic realizată şi trăită în istorie; astfel acest «exod» nu înseamnă nicidecum ignorarea timpului, ci, din contră, concentrează şi proiectează timpul în «acum»-ul iubirii lui Dumnezeu care conţine şi «eonul viitor»".[23]

Este evident că omul nu este numai trup ci la fel şi suflet şi trebuie să vedem şi să ne îngrijim şi de suflet. Aceasta fiindcă Iisus a spus cât se poate de clar despre care este valoarea sufletului: „căci ce-i foloseşte omului să câştige lumea întreagă, dacă-şi pierde sufletul? Sau ce ar putea să dea omul, în schimb, pentru sufletul său?" (Marcu 8, 36-37). Este evident că isihasmul

- se interesează,
- se îngrijeşte
- şi cultivă

sufletul.[24]

Tot părintele Gheorghe Holbea spunea despre faptul că isihaştii au trebuit de mai multe ori să treacă prin vremuri de criză pentru a ieşii la liman: „Sfântul Grigorie Palama nu este doar autorul unei sistematizări originale a tradiţiei duhovniceşti isihaste întemeiată trinitar şi hristologic. Viaţa sa pământească se petrece într-o epocă dramatică pentru societatea bizantină. Ultimele secole ale Bizanţului, după revenirea în Constantinopol în 1261, au reprezentat o epocă marcată de lupta pentru supravieţuire în condiţiile unei rapide pierderi de teritorii atât în Asia Mică, cât şi în Balcani şi a frământării sociale interne, în crize religioase şi politice nesfârşite.

În faţa acestei crize, monahii isihaşti au oferit soluţia duhovnicească: Ortodoxie şi isihasm. Controversele din anii 1338-1368, al căror protagonist a fost Sfântul Grigorie Palama, şi care sunt încadrate de *Tomosul aghioritic* din 1340 şi de condamnarea din 1368 a tomistului Prohor Kydones şi a silogismelor aristotelice în teologie şi generalizarea cultului Sfântului Grigorie Palama în toată Biserica bizantină prin *Tomosul sinodal* din aprilie-mai 1368, reprezintă răspunsul duhovnicesc la aceste frământări. În *Tomosul aghioritic,* monahii athoniţi condamnau ca erezie teologia lui Varlaam şi dogmatizau teologia luminii necreate revendicând un profetism spiritual harismatic."[25]

Isihastul este unul care ştie că la o unire mistică cu Hristos poate ajunge numai prin linişte. Sufletul are nevoie de linişte pentru

- a își revenii,
- a se întoarce în sine,
- a își găsii sufletul
- şi pentru a se vindeca.

Nu este întâmplător că în cadrul poporului român de mai multe ori auzim expresia: *lasă-mă să îmi trag sufletul.* Prin această vorbă din popor evident că se face referinţă la faptul că sufletul are nevoie de mai multe momente de linişte pe parcursul zilei pentru a se odihnii şi a se liniştii.

Iisus a fost isihast şi se poate vedea că mai toate cuvintele Sale au venit dintr-un suflet liniştit şi împăcat. Se poate vedea cât de multe

- accent
- şi importanţă

a pus Iisus pe *interiorul* omului. Expresia lui Iisus *împărăția cerurilor este înlăuntrul vostru* este poate una dintre cele mai clasice.

Isihasmul lui Iisus a fost unul practic şi nu a avut mai nimic teoretic în el. înainte de patimi ştim că Iisus s-a retras cu ucenicii în grădina Gheţimani în linişte unde S-a rugat îndelung şi chiar un înger din cer a venit să Îl

---

[23]Preot Gheorghe Holbea, Ziarul Lumina https://ziarullumina.ro/actualitate-religioasa/an-omagial/rugaciunea-isihasta-solutia-la-crizele-de-ieri-si-de-azi-175992.html (accesat pe 22.12.2023).

[24] A se vedea Ilie Cleopa, *Valoarea sufletului* (Galaţi, 2008).

[25] Preot Gheorghe Holbea, Ziarul Lumina https://ziarullumina.ro/actualitate-religioasa/an-omagial/rugaciunea-isihasta-solutia-la-crizele-de-ieri-si-de-azi-175992.html (accesat pe 22.12.2023).

întărească pentru a trece cu bine peste momentul patimilor. Chipul isihast al lui Iisus nu poate în nici un fel să fie negat. Evnagheliile ni-L prezintă pe Iisus ca fiind un Mesia al liniștii, deci un Mesia isihast.

Această liniște și pace sufletească a lui Iisus o găsim expusă în liturghia ortodoxă. Părintele Gheorghe Holbea spune în acest sens: „liturghia (isihia comunității bisericești) și isihia (Liturghie lăuntrică) au constituit unicele soluții pentru transfigurarea timpului istoric prin participarea îndumnezeitoare la eonul fără început și fără sfârșit al slavei și luminii necreate a Împărăției lui Dumnezeu. În trăirea ortodoxă, „Împărăția eshatologică nu se găsește nici într-un trecut mitic (cum credeau grecii și păgânii), nici într-un viitor mesianic-apocaliptic (cum cred iudeii sau marxiștii); nu se află deci la extremitățile temporalității, ci în fiecare clipă prezentă deschisă liturgic prin cult și isihie profunzimilor eonului Vieții lui Dumnezeu în experiența paradoxal, în același timp catafatică și apofatică, a îndumnezeirii".

În Ortodoxie, Sfânta Liturghie n-a fost opusă nicicând ascetismului. Misiunea „era în cea mai mare măsură opera martirilor și a monahilor". De asemenea, „profetul" în Biserică era, „așa cum arată documentele (de la *Didahie,* secolul II, și până la *Tomul aghioritic,* secolul XIV), tocmai bărbatul ascetic sfânt. Misiunea și profetismul erau în Biserica veche legate esențial de ascetism și monahism. A ataca tradiția ascetică înseamnă a submina tocmai curentul de credință și viață care a generat vreme de secole bărbați și femei care au dat și dau mărturie despre eshaton în propriile lor vieți, care au respirat și respiră încă de aici învierea și viața veacului viitor, care au devenit «euharistici» și «liturgici» în însăși carnea și oasele lor, până în adâncurile tainice ale inimii lor!" (Alexander Golitzin, *Mistagogia, experiența Lui Dumnezeu în Ortodoxie*, Ed. Deisis, Sibiu, 1998, p. 13)."[26]

Este foarte adevărat că în drumul isihast al creștinului ortodox la fel de bine muzica bisericească creștin ortodoxă ajută foarte mult. Una dintre calitățile muzicii este că

- liniștește,
- pacifică,
- odihnește,
- mângâie
- și împacă.

Nu fără de nici un motiv ortodoxia a acceptat muzica în cultul și practica ei.[27]

Lumea de azi este o lume care vrea să ajungă la liniștea sufletului dar nu crede că vechea practică isihastă a ortodoxiei îi poate aduce acest lucru. Aceasta fiindcă Iisus nu a spus negru pe alb că este un isihast. Nu trebuie ca Iisus să spună că este un isihast ci putem să deducem acest lucru din ceea ce a propovăduit și a spus.

Iisus poate să fie întâlnit în frumusețea cântării liturgice dar și prin împărtășire. Tot părintele Gheorghe Holbea spunea în acest sens: „în continuitate spirituală cu Sfântul Grigorie Palama, părintele Dumitru Stăniloae afirma că „viața duhovnicească a persoanei nu se dezvoltă într-o izolare de comunitatea euharistică, iar comunitatea euharistică nu rămâne neinfluențată de dezvoltarea vieții duhovnicești a persoanei... Ținta ultimă a urcușului duhovnicesc al persoanei este iubirea de Dumnezeu și de ceilalți oameni, sau deplina încadrare în Împărăția lui Dumnezeu, care e comuniunea desăvârșită a tuturor și care nu se poate înfăptui decât în Hristos... Comunitatea sporește tot mai mult în caracterul ei de viață în comunitate, prin viața tot mai duhovnicească a membrilor ei, sau măcar a unora dintre ei, în Dumnezeu, sau în Hristos, izvorul iubirii sau al comuniunii dintre toți" („Liturghia comunității și jertfa interioară în viziunea filocalică", *Ortodoxia*, nr. 1-2/1978, pp. 389-399)."[28]

Trebuie să fim convinși că

- larma
- și zgomotul

lumii din jur pe termen lung ajunge să ne afecteze și să ne facă să suferim. Aceasta fiindcă sufletul tânjește după liniște. Fericitul Augustin spunea cât se poate de bine în acest sens: „neliniștit este sufletul meu Doamne până ce nu se va odihnii în Tine."

Iisus a pus bazele isihasmului creștin ortodox pe care călugării creștin ortodocși ajung să îl aducă la deplina lui împlinire.

Se poate spune că de fapt mai toți creștinii ortodocși suntem cumva mai mici isihaști fiindcă cu toții ne ferim de larma inutilă din lume. Totuși sunt mai mulți care simt în ei un fel de chemare sau vocație a liniștii. Ei sunt cei care vor devenii călugări și se vor retrage în pustie unde se vor liniștii total și deplin.

---

[26] Idem.

[27] A se vedea Radu Teodorescu, *Muzica între îngeri și demoni* (Cugir, 2023).

[28] Preot Gheorghe Holbea, Ziarul Lumina https://ziarullumina.ro/actualitate-religioasa/an-omagial/rugaciunea-isihasta-solutia-la-crizele-de-ieri-si-de-azi-175992.html (accesat pe 22.12.2023).

Iisus isihastul adevărul este că nu este un subiect prea des întâlnit în zilele noastre fiindcă oamenii sunt de mai multe ori mult prea prinşi în

- larma
- şi haosul

din jurul lor.

Părintele Gheorghe Holbea este de părere că evident rugăciunea este una care ne duce cel mai repede la liniştea isihastă: „rugăciunea este o treaptă în urcușul duhovnicesc, dar este și un drum, în același timp, care conține el însuși mai multe trepte. În *Capetele despre rugăciune și curăția inimii*, Sfântul Grigorie arată că puterea rugăciunii constă în desăvârșirea comuniunii omului cu Dumnezeu, pregătită și începută prin lucrarea virtuților. Rugăciunea este specifică omului, ființă rațională, ca legătură a sa cu Creatorul. Fiind o lucrare a minții, rugăciunea devine eficientă numai atunci când mintea depășește patimile și războiul gândurilor. Puterea care naște lucrarea rugăciunii curățitoare nu se poate ea însăși curăți, dacă nu se curățesc toate puterile sufletului. Procesul de curățire sufletească are mai multe componente, după cum arată Sfântul Grigorie, toate tinzând spre desăvârșire: „curățind prin făptuire facultatea lui practică, prin cunoștință pe cea cognitivă și prin rugăciune pe cea contemplativă, se curățește pe sine și prin acestea ajunge la curăția desăvârșită, adevărată și stabilă a minții, prin desăvârșirea în făptuire, prin zdrobire statornică și rugăciunea în contemplare".”[29]

Doi filosofi discutau într-o zi.

- Ştii ce am remarcat?
- Ce?
- Lumea trăieşte în multă larmă.
- Şi?
- Nu se simte împlinită de ea.
- Adică?
- Nici nu vrea să renunţe la ea.
- Pare o situaţie fără ieşite.
- Este.
- Şi ce este de făcut?
- Conştientizare.
- Adică?
- Cei mai mulţi dintre noi nu suntem conştienţi că suntem prinşi în această larmă inutilă a lumii din jur.
- În ce sens?
- Omul de azi se agită de cele mai multe ori fără să ştie de ce.
- Aşa este.
- Ajungem să prin prinşi de larma lumii din jur de cele mai multe ori inconştienţi.
- Şi pentru aceasta trebuie să devenim conştienţi?
- Da.
- Este mai greu.
- Dar nu imposibil.
- Şi înseamnă să mergem împotriva mersului obişnuit al lumii.
- Asta nu este o problemă.
- Nu?
- Nu.
- De ce?
- Fiindcă nu avem nimic e pierdut.
- Crezi?
- Da.
- De ce?
- O să îţi explic.
- Chiar te rog.
- Este vorba de o întâmplare din vechime.
- Cu cine.
- Cu un filosof.

[29] Idem.

- Sună interesant.
- În vechime a trăit un filosof foarte vestit.
- Au fost mai mulţi de acest gen.
- Aşa este.
- Şi?
- A îmbătrânit.
- Frumos.
- I-a chemat pe apropiaţi şi le-a spus.
- Ce?
- Ştiţi că nu mai am mult de trăit.
- Nu vorbiţi aşa maestre.
- Ba da.
- Nu este bine.
- Trebuie să fim lucizi.
- Şi de ce ne-aţi chemat aici?
- Fiindcă am să vă cer un lucru.
- Care?
- Este vorba de înmormântarea mea.
- Ce este cu ea?
- Vreau ca atunci când mă puneţi în groapă să mă puneţi cu faţa în jos.
- Cu faţa în jos?
- Da.
- Dar de ce?
- Vă voi spune.
- Chiar vă rugăm.
- În viaţa mea am ajuns la o concluzie.
- Care?
- Întreg mecanismul lumii este pe dos.
- Şi?
- Dar va venii vremea odată şi odată când va fi pus cum trebuie.
- Frumos.
- Atunci toţi ceilalţi vor rămâne cu faţa în jos, iar el va fi în poziţia cea adevărată, adică cu faţa spre cer.
- Şi care este morala poveştii?
- Una creştină.
- Da?
- Da. Şi nu numai.
- Adică?
- Şi una isihastă.
- Adică?
- De aceea să nu ne acomodăm lumii acesteia, ci să fim creştini adevăraţi şi atunci vom găsi răsplata în lumea
cealaltă.
- Deci isihaştii nu se acomodează acestei lumi?
- Nu.
- Nu eram conştient de acest lucru.
- Să fi acum.
- Sunt.
- Mă bucur.
- Este mult adevărat în pilda de mai sus.
- Este adevărată.
- Mi-am dat seama.
- Foarte bine.
- Mulţumesc că mi-ai spus-o.[30]

[30] A se vedea Grigorie Comşa, *1000 de pilde pentru viaţa creştină* (Arad, 1929).

Este evident că din moment ce Iisus nu s-a acomodat acestei lumi – fiindcă ştim că El i-a spus lui Pilat că Împărăţia Lui nu este din această lume – ei bine se poate spune că el a fost cu adevărat un mare isihast fiindcă a căutat liniştea şi pacea ceea ce lumea de azi nu prea face. Despre profunzimea vieții isihaste părintele Gheorghe Holbea spunea: „în teologia palamită, taina omului se dezleagă prin taina îndumnezeirii, care este vocația definitivă și unică a omului, în sensul că omul îndumnezeit participă în mod real și autentic la energiile ființiale și necreate ale lui Dumnezeu. Dumnezeu se dăruiește *în* și *prin* energiile necreate și ființiale. Datoria omului este şlefuirea ființei sale lăuntrice prin asceză, lupta cu patimile, pentru a dobândi discernământul duhovnicesc și a se aşeza în darul vieții pe care Dumnezeu l-a pecetluit în rațiunea noastră de a fi. Trupul și sufletul sunt împreună receptacule ale Duhului Sfânt. În Hristos trupul nu este o simplă anexă a sufletului, ci receptacul deplin al sălăşluirii dumnezeirii. Tot astfel va fi și cu trupul nostru, care are chemarea de a primi întru sine darul dumnezeiesc al luminii. Îndumnezeirea este un dar suprafiresc împărtășit omului de către Dumnezeu, o lucrare a Persoanelor Sfintei Treimi și are un caracter necreat. Dumnezeu pătrunde în sufletele sfinților prin energiile necreate și ființiale, iar sfinții, datorită harului, trăiesc plenar această împreună locuire a lui Dumnezeu în ei. Aici se împlinește ceea ce ne învață Sfântul Apostol Pavel când spune „nu mai trăiesc eu, ci Hristos trăiește în mine" (Galateni 2, 20). Îndumnezeirea ca proces al înfierii, al îmbrăcării în har și depășire a tuturor neputințelor firii umane, este fără de sfârșit în conținutul ei, este mergerea din slavă în slavă înspre Dumnezeul slavei celei negrăite (*Tomul aghioritic*, în Filocalia, vol. 7, 1977, p. 416)."[31]

CAPITOLUL 2

ISIHASTUL DIN MIJLOCUL MARILOR ORAŞE SAU DESPRE „SINGURĂTATEA ÎN COLECTIV"

În acest capitol ne-am propus să vorbim mai mult despre faptul că se poate să fi isihast şi trăind în mijlocul unei mari metropole. Sunt mulţi care cred că a fi isihast implică să trăieşte numai în pustie sau în cine ştie de mănăstire din deşert. Ei bine adevărul este că acest lucru nu este aşa. Se poate să fim isihaşti şi în Bucureşti, Atena, Belgrad sau Sofia. Mai noi ştim că au apărut metaniere cu 33 de boabe pentru laici. Acestea pot să fie puse pe mână şi folosite în mod discret

- pe stradă,
- în autobuz,
- la metrou
- sau la mall
- ori supermarket.

Rugăciunea lui Iisus prin urmare poate să fie practicată chiar şi când mergem pe stradă. Dacă facem Rugăciunea lui Iisus suntem pe cale să devenim isihaşti fiindcă ea este rugăciunea proprie isihaştilor sau mai bine spus semnul lor distinctiv.[32]

Despre practica Rugăciunii lui Iisus în temniţele comuniste părintele Gheorghe Holbea ne spunea: „soluția mistică a rugăciunii isihaste a devenit practică salvatoare și pentru mărturisitorii din temnițele comuniste ale României. Conform numeroaselor mărturii, ei au devenit lucrători ai Rugăciunii lui Iisus, creând un curent de trăire în duh filocalic, studiind şi învăţând texte din Sfânta Scriptură, Filocalie şi alte scrieri patristice. Uniţi prin dorul lor de a se jertfi pentru Hristos, aceşti *monahi în duh* au dus o viaţă ascetică de înaltă trăire, s-au sprijinit unii pe alţii, pregătindu-se pentru grelele încercări ce le vor sta în faţă. Practicând rugăciunea continuă, au ajuns la nişte stadii în care sufletul era luminat de rugăciune şi simţeau rugăciunea adevărată: „Ne întărea rugăciunea inimii, pe care o rostea fiecare dintre noi în şoaptă, cu capul plecat pe ceafa celuilalt: Doamne Iisuse Hristoase, Fiul lui Dumnezeu, miluieşte-mă pe mine, păcătosul! Şoptită aşa, rugăciunea se făcea auzită din toate inimile într-una şi dintr-una în toate... Toţi simţeau că fac parte din acest întreg de mădulare ale lui Hristos, cerându-I îndurare şi oferindu-I suferinţa ca jertfă de ispăşire şi mulţumire pentru cinstea ce ne-a făcut-o de a fi aleşi să-L mărturisim" (Virgil Maxim, *Imn pentru crucea purtată*, p. 227)."[33]

---

[31] Preot Gheorghe Holbea, Ziarul Lumina https://ziarullumina.ro/actualitate-religioasa/an-omagial/rugaciunea-isihasta-solutia-la-crizele-de-ieri-si-de-azi-175992.html (accesat pe 22.12.2023).

[32] A se vedea Dumitru Stăniloae, *Rugăciunea lui Iisus și experiența Duhului Sfânt* (Sibiu, 2003).

[33] Preot Gheorghe Holbea, Ziarul Lumina https://ziarullumina.ro/actualitate-religioasa/an-omagial/rugaciunea-isihasta-solutia-la-crizele-de-ieri-si-de-azi-175992.html (accesat pe 22.12.2023).

Ceea ce se poate vedea este că omul ajunge să fie interesat de spiritualitate şi de isihasm mai ales dacă dă de greu. Acest greu poate să vină prin mai multe forme:

- necazuri,
- probleme la serviciu,
- greutăţi în familie
- sau crize de identitate.

Aceasta ca să enumerăm mai multe dintre motivele pentru care creştinii ortodocşi indiferenţi religioşi ajung să fie interesaţi de isihasm. Avem o mărturie despre folosul rugăciunii isihaste de la părintele Arsenie Papacioc: „în același context istoric, părintele Arsenie Papacioc mărturisea: „Am fost băgat la răcitor. În acea agonie am umblat, m-am rugat, dar simțeam cum mă răcesc... cum îmi iese sufletul și se ridică...; în ruga mea ce o aduceam lui Dumnezeu strigam în mine: «Doamne, pentru Tine sunt aici și mă sfârșesc; ia aminte, Doamne, către mine!» Și deodată, lângă mine, în lumină și căldură dumnezeiască, a apărut Mântuitorul Hristos. Era lângă mine, în aceeași suferință ca și mine - era îmbrăcat în uniformă de deținut, în zeghe și suferea - suferința mea. Atunci am înțeles că la Dumnezeu timpul nu e măsurat ca la oameni, căci totul mi s-a părut că a durat doar o clipă... Și fără să-mi dau seama, timpul a trecut, ușa de la celulă s-a deschis și paznicii care au venit să-mi ridice trupul înghețat nu l-au găsit astfel, căci eram încălzit de Har, de Darul lui Dumnezeu" (*Părintele Arsenie Papacioc. 1914-2014. O sută de ani de la naștere*, Basilica, București, 2014, p. 89)."[34]

Cei care spun că nu ai cum să fi isihast creştin ortodox într-un oraş mai mare se înşeală. Aceasta fiindcă cu toţii avem linişte – mai mică sau mai mare – în casele noastre. Evident că nu este liniştea dintr-o mănăstire mai mare dar totuşi este o linişte de care ne putem folosii.

Pentru a fi isihaşti este bine să ştim că atunci când suntem supra-încărcaţi cu

- informaţii din mas media,
- probleme
- şi nevoie

ei bine trebuie să ne facem timp şi în liniştea camerei noastre să meditām mai mult la Iisus. Meditaţia trebuie să ştim că nu este numai o practică a orientului extrem din budism şi hinduism ci la fel de bine ea este proprie şi creştinismului ortodox.[35]

Isihasmul trebuie să ştim că este o cale pentru a ajunge la sfinţenie. Aceasta fiindcă după cum am spus mai sus au fost mai mulţi sfinţi care prin isihasm au ajuns la sfinţenie. Părintele Gheorghe Holbea spunea în acest sens: „prin viața și opera sa, Sfântul Grigorie Palama ne încredințează că vocația noastră de ființe doxologice și liturgice se împlinește în și prin rugăciune: „Pe cei ce se roagă sincer, Dumnezeu uneori îi scoate afară din ei, ridicându-i deasupra lor și răpindu-i în chip negrăit la cele cerești; alteori, aflându-se aceștia în ei înșiși, lucrează Dumnezeu însuși prin sufletul și trupul lor cele tainice și mai presus de fire" (*Capetele despre rugăciune și curăția inimii*). Spunem rugăciuni, dar în cele din urmă trebuie să devenim rugăciune, „mergem la Liturghie, dar întreaga noastră ființă este chemată să devină liturgică și viața de zi cu zi trebuie să fie o celebrare; noi căutăm să experiem pe Dumnezeu, dar făcând aceasta, noi înșine devenim dumnezei" (Anthony M. Coniaris, *Taina persoanei. Calea către Dumnezeu*, Editura Sophia, București, 2012, p. 61)."[36]

Aglomeraţia trebuie să ştim că nu este una care este o stavilă în

- drumul,
- calea
- şi destinaţia

noastră ultimă spre Dumnezeu.

Sunt mulţi care adevărul este că se simţi terorizat de aglomeraţia din marile oraşe. De ce? Fiindcă ei se pierd în impersonal fiindcă ştim că Dumnezeu este personal. Omul fără de Dumnezeu ajunge să simtă un fel de teroare din partea celor mulţi care sunt un pericol pentru egoul său nihilist.

- Aglomeraţia,
- traficul intens,
- gălăgia,
- fuga fără dens

[34] Idem.

[35]A se vedea Radu Teodorescu, *Meditaţia creştin ortodoxă: de la religios la duhovnicesc sau călătoria spre înduhovnicire* (Cugir, 2019).

[36] Preot Gheorghe Holbea, Ziarul Lumina https://ziarullumina.ro/actualitate-religioasa/an-omagial/rugaciunea-isihasta-solutia-la-crizele-de-ieri-si-de-azi-175992.html (accesat pe 22.12.2023).

- sau nepăsarea

cu toate au efect cât se poate de negativ pentru cei care nu îşi caută refugiul în Dumnezeu, deci în viaţa isihastă creştin ortodoxă.

Gânditoarea creştină Elena Ada Costache spunea cât se poate de potrivit în acest sens: „în vremurile tulburate de disensiuni politice, sub ameninţarea unei noi conflagraţii mondiale, când valorile creştine care stau la baza societăţii europene sunt contestate virulent, încercăm să facem o pledoarie în favoarea redescoperirii esenţei creştinismului, a adâncirii tainei credinţei prin asceză. Rugăciunea neîncetată, rugăciunea inimii, concentrarea atenţiei asupra unui punct singular, asupra scopului unic întruchipat de Mântuitorul Hristos, este o practică străină de spiritul lumii moderne, dar reprezintă un model de vieţuire creştină aşezată, înrădăcinată în experienţa părinţilor trăitori. Rugăciunea răspunde pragmatic problemei alienării care afectează o îngrijorătoare parte a populaţiei, Dumnezeu devenind „sălaşul" celor care nădăjduiesc întru El. Prezentăm mai jos gânduri ale părinţilor ortodocşi filocalici despre puterea numelui lui Iisus Hristos."[37]

Pe cei fără de Dumnezeu ei bine

- mulţimea
- şi gloata

ajunge să îi terorizeze.

Aceasta fiindcă ei se simt părăsiţi şi fără de importantă. Tot ceea ce eşti este în cele din urmă un număr într-o mulţime de mai multe alte numere care trebuie să se spună statului şi să îşi plătească la timp taxele şi impozitele.

Ei bine creştinii ortodocşi au găsit o soluţie la această problemă prin isihasm care ajunge să folosească la maxim orice moment de linişte şi răgaz.[38]

Despre foloasele pe termen lung le rugăciunii isihaste Elena Ada Costache spunea: „Sfinţii Părinţi arată că numele lui Iisus este strâns legat de Persoana Sa, având în consecinţă o putere deosebită. Astfel, Sfinţii Varsanufie şi Ioan din Gaza spun că „pomenirea numelui lui Dumnezeu opreşte toate relele şi întăreşte neputinţa noastră" (*Scrisori duhovniceşti*, Filocalia, vol. XI, Ed. Apologeticum, 2005, p. 742), iar Sfântul Ioan Scărarul aminteşte că „nu e în cer şi pe pământ armă mai tare" (*Scara, Cuvântul XX, Despre frica laşă sau nebărbătească*, Filocalia, vol. IX, Bucureşti, 1980, p. 265) în comparaţie cu numele lui Iisus. Isihie Sinaitul vorbeşte despre invocarea lui Iisus în rugăciune ca o pavăză împotriva duhurilor rele şi lucrării lor, împotriva gândurilor deşarte, dar şi ca suport al isihiei sau liniştirii inimii, care „răsuflă şi cheamă pururea şi neîncetat numai pe Hristos Iisus, Fiul lui Dumnezeu şi Dumnezeu, şi împreună cu El se împotriveşte cu bărbăţie vrăjmaşilor" (*Scurt cuvânt de folos sufletului şi mântuitor despre trezvie şi virtute, Suta întâia*, Filocalia, vol. IV, Bucureşti, 2010, p. 43). În acest fel, „cel ce se luptă va vedea pe vrăjmaş risipindu-se prin numele sfânt şi închinat al lui Iisus Hristos". Inima omului nici nu poate face faţă atacurilor pornite asupra ei, căci, „precum nu poate omul să umble pe pământ fără să respire aerul acesta, aşa nu e cu putinţă să ne curăţim inima noastră de gânduri pătimaşe şi să izgonim pe vrăjmaşii spirituali din ea fără chemarea deasă a lui Iisus Hristos". Efectul unei astfel de invocări este coborârea harului dumnezeiesc în inima omului, unde va rodi daruri multe şi binecuvântate, deoarece, „precum ploaia, cu cât mai multă cade pe pământ, cu atât îl înmoaie mai mult, aşa şi sfântul nume al lui Iisus, strigat de noi fără gânduri, cu cât îl chemăm mai des, înmoaie pământul inimii noastre şi îl umple de bucurie şi veselie"."[39]

Ei bine metropola trebuie să ştim că nu este un mare impediment pentru o viaţă de isihast. Mai nou sunt din ce în ce mai mulţi creştini ortodocşi care descoperă efectele benefice ale Rugăciunii lui Iisus – o rugăciune isihastă prin excelenţă – şi devin din ce în ce mai ataşaţi de ea.

Metropola devine în acest sens cetatea de suflet a isihastului care vede din ce în ce mai multe raţiuni pentru a ajunge la mântuire. Mulţimile din metropolă sunt în acest sens pentru isihast oameni care au fost creaţi după

- chipul
- şi asemănarea

lui Dumnezeu.

---

[37] Elena Ada Costache, Ziarul Lumina https://ziarullumina.ro/actualitate-religioasa/documentar/rugaciunea-neincetata-pavaza-a-crestinului-181137.html (accesat pe 22.12.2023).

[38] A se vedea Jean Yves Leoup, *Scrieri despre isihasm* (Editura Firul Ariadnei, 2005).

[39] Elena Ada Costache, Ziarul Lumina https://ziarullumina.ro/actualitate-religioasa/documentar/rugaciunea-neincetata-pavaza-a-crestinului-181137.html (accesat pe 22.12.2023).

Isihasmul este în acest sens metoda prin care în mijlocul unor mari mulţimi de oameni ajungem să nu ne pierdem conturul propriei persoane şi să ne depersonalizăm. „Invocarea numelui înseamnă chiar prezenţa lui Hristos, aceasta o arată Isihie Sinaitul, spunând că „pricina pentru care se curăță desăvârșit inima este Iisus Hristos, Fiul lui Dumnezeu și Dumnezeu, pricinuitorul și făcătorul bunătăților”. Calist și Ignatie Xanthopol consideră că „începutul a toată lucrarea de Dumnezeu iubitoare este chemarea cu credință a numelui mântuitor al Domnului nostru Iisus Hristos” (*Metodă și regulă foarte amănunțită pentru cei ce-și aleg să viețuiască în liniște și singurătate*, Filocalia, vol. VIII, Bucureşti, 1979, p. 26), iar părintele Dumitru Stăniloae, într-un comentariu asupra acestei afirmații, arată că „prin chemarea numelui lui Iisus ni se împărtășește însăși puterea Lui. Căci prin chemarea numelui lui Iisus, I ne adresăm cu iubire Lui însuși, și El răspunde acestei iubiri”. Un alt părinte filocalic, Filotei Sinaitul, vorbește despre „numele sfânt și preacinstit al Domnului Iisus”, prin invocarea căruia nevoitorul află sprijin în demersul său ascetic. Acest exercițiu este deosebit de prețios și foarte important, încât „lucrătorul evlaviei trebuie să alerge și să urmărească cu mintea ținta de a aduna desăvârșit în vistieria inimii pomenirea lui Dumnezeu, ca pe un mărgăritar sau ca pe o piatră prețioasă”.”[40]

Doi isihaşti dintr-un mare oraş discutau într-o zi.

- Ştii ce?
- Ce?
- Nu ţi se pare grea viaţa de isihast?
- Pe care o ducem noi?
- Da.
- Nu.
- De ce?
- Este o problemă de obişnuinţă.
- Crezi?
- Da.
- De ce?
- Odată ce ajungi să te obişnuieşti cu viaţa de isihast ei bine lucrurile vin de la sine.
- Ai dreptate.
- Vezi?
- Bine dar noi nu suntem isihaşti în adevăratul sens la cuvântului.
- O să îţi spun eu cum este.
- Cum?
- Sunt şoferi profesionişti şi şoferi amatori.
- Aşa este.
- Noi nu suntem isihaşti profesionişti.
- Ca şi călugării?
- Da.
- Aşa este.
- Şi mai este ceva.
- Ce?
- Sunt mulţi care nu ne privesc bine pe noi pe isihaşti.
- Aşa este.
- Ştii ce trebuie să facem?
- Ce?
- Să îi lăsăm în grija lui Dumnezeu.
- Oare?
- Da.
- Dar de multe ori nu se întâmplă nimic.
- Nu este adevărat.
- Mie aşa mi se pare.
- Este doar o iluzie.
- Cum aşa?
- O să îţi spun o întâmplare în acest sens.

[40] Idem.

- Care?
- Din istoria Bisericii.
- Te ascult.
- Tu de împăratul bizantin Constantin Copronim ai auzit?
- Nu.
- Acest împărat a fost iconoclast.
- Adică?
- Lupta împotriva cultului icoanelor.
- Înțeleg.
- Mai mult decât atât.
- Ce?
- Era cam împotriva religiei.
- Urât.
- Au fost și astfel de împărați.
- Și?
- El a urmărit în întreg imperiul pe călugări, care apărau pe cei persecutați de împărat.
- Așa de rău era?
- Da.
- Nu îmi vine să cred.
- Constantin Copronim disprețuia mănăstirile creștin ortodox.
- Centre de isihasm nu?
- Da.
- Și ce a făcut cu ele?
- Le-a închis și le-a transformat în cazărmi și grajduri.
- Nu se poate.
- Ba da.
- Și ce a urmat?
- A dat ordin de mai multe ori ca icoanele să fie aduse la un loc și aprinse.
- Rău a făcut.
- Dar a venit și pedeapsa lui Dumnezeu.
- Cum?
- Dintr-o dată a început să aibă dureri la șolduri.
- Mari?
- Foarte mari.
- Bine.
- Odată durerile au fost așa de mari că a leșinat din cauza lor.
- Și ce a urmat?
- Din pricina la chinuri așa de mari în cele din urmă a murit.
- Urâtă moartea.
- Moartea unui iconoclast.
- Așa este.
- Deci vezi Dumnezeu la un moment dat intervine în răutatea lumii.
- De multe ori m-am îndoit de acest lucru.
- Să nu te îndoiești.
- Așa am să fac.
- Foarte bine.
- M-ai lămurit cu cuvintele tale.
- Mă bucur.
- De multe ori eu deznădăjduiesc.
- De modul nostru de viață isihast?
- Da.
- Să nu o mai faci.
- N-am să o mai fac fiindcă te am pe tine cu mine.[41]

[41] Din Grigorie Comșa, *1000 de pilde pentru viața creștină* (Arad, 1929).

Dialogul de mai sus ne spune că trebuie să avem de mai multe ori răbdare pentru ca în haosul şi larma din lumea noastră Dumnezeu să intervină într-un fel sau altul. La fel de bine trebuie să ne avântăm după puteri în modul de viaţă isihast. Gânditoarea Ada Elena Costache spunea în acest sens: „alături de gândul la moarte, de pomenirea Patimilor Domnului și de asceza trupului, pomenirea neîncetată a lui Iisus ține mintea trează, vigilentă la atacurile demonilor, ajutând-o să se adune din împrăștierea păguboasă.

Sfântul Grigorie Sinaitul vorbește în repetate rânduri de „înfrânarea și osteneala" pe care și le iau asupra lor cei care urmează calea numelui lui Iisus; se cere „un efort continuu"; ei vor fi ispitiți „să se ridice degrabă, lenevindu-se pentru durerea ostenelii și pentru strigarea înțelegătoare a minții și pentru ațintirea minții". „Iar dacă te dor adeseori umerii și capul, stăruiește cu osteneală și dragoste în acestea, căutând în inimă pe Domnul" (Episcop Kallistos Ware, *Rugăciune și tăcere în spiritualitatea ortodoxă*, București, Editura Christiana, 2003, p. 37). Numai printr-o atât de îndurătoare credincioșie vom descoperi puterea numelui lui Iisus."[42]

Dumnezeu nu l-a creat pe om pentru a fi singur. Ştim acest lucru încă din primele pagini ale Bibliei. Bărbatului i-a fost creată femeia care să îi fie de ajutor şi pentru ca trăim amândoi să nu mai fie singuri. Ei bine ceea ce se poate remarca este că de-a lungul istoriei omul a suferit de mai multe ori de singurătate. Ceea ce se poate vedea este că şi în zilele noastre sunt mai mulţi care suferă din cauza ei.[43]

Singurătatea este totuşi un paradox: în timp ce cei în vârstă suferă de pe urma ei, ei bine călugării creştin ortodocşi o doresc şi se folosesc de ea pentru mântuire.

Ceea ce se poate vedea în zilele noastre este că în marile metropole ale lumii a apărut un fel de *singurătate în colectiv*. Ce este această singurătate? În marile metropole fiindcă sunt mai mulţi oameni ei bine ei nu pot comunica cu mai nimeni fiindcă fiecare îşi vede de

- modul de viaţă egoist
- şi de interesele personale

fără să îi bage în seamă pe restul.

Fiind interesaţi numai de propria persoană ei bine omul marilor metropole ajunge să se simtă singur şi părăsit deşi este înconjurat de mulţi oameni.

Aceasta fiindcă în marile metropole ori eşti deschis cu toată lumea – ceea ce este practic imposibil – ori ajungi să trăieşti singur. Aşa se face că de mai multe ori în marile metropole ale lumii singurătatea este un sentiment din ce în ce mai întâlnit. Aceasta fiindcă nimeni nu vrea să se gândească la isihasm ca la o soluţie a acestei singurătăţi în colectiv. Gânditoarea creştină Ada Elena Costache spunea în acest sens: „Filotei Sinaitul îndeamnă: „Pedepsește-ți sufletul cu gândul morții și cu pomenirea lui Iisus Hristos adună-ți mintea împrăștiată (...) venind în rugăciune Iisus cel chemat, luminează inima. Căci pomenirea Lui aduce, deodată cu luminarea, cea mai mare dintre bunătăți" (*Capete despre trezvie*, Filocalia, vol. IV, București, 2010, p. 114). Odată luminat și adunat din împrăștiere, omul începe să conștientizeze prezența mântuitoare a lui Iisus și Îl cheamă cu mai multă bucurie, primind în schimb o și mai mare bogăție de daruri. Același părinte Filotei Sinaitul arată, în acest sens, că „pomenirea bucuroasă a lui Dumnezeu, adică a lui Iisus, obișnuiește să împrăștie cu iuțimea inimii și cu încruntarea (oțărârea) mântuitoare toate vrăjile gândurilor, înțelesurile, cuvintele, nălucirile, chipurile întunecoase și, simplu vorbind, toate mijloacele prin care luptă cu aprindere atoatepierzătorul, căutând să înghită suflete. Iar Iisus, Cel chemat, le arde toate cu ușurință. Căci în nimic altceva nu se află mântuirea noastră, decât în Hristos Iisus" (Filotei Sinaitul, p. 211)."[44]

Isihasmul este o modalitate prin care singurătatea din viaţa noastră şi din marile oraşe poate să fie depăşită. Dacă ajungem

- să ne interiorizăm,
- să privim în suflet,
- să vedem mai mult pe semeni
- şi să ne centrăm mai mult pe spiritualitate

ei bine acest lucru fără doar şi poate că ne va aduce numai bucurie şi împlinire.

Singurătatea în colectiv apare acolo unde viaţa omului este fără de Dumnezeu. Când Dumnezeu este prezent în viaţa omului în nici un fel el nu se simte singur şi părăsit.

---

42 Elena Ada Costache, Ziarul Lumina https://ziarullumina .ro/actualitate-religioasa/documentar/rugaciunea-neincetata-pavaza-a-crestinului-181137.html (accesat pe 22.12.2023).

43 A se vedea Nectarie Mozorov, *Singurătatea: căile depășirii ei în Biserică, familie și societate* (Bucureşti, 2024).

44 Elena Ada Costache, Ziarul Lumina https://ziarullumina .ro/actualitate-religioasa/documentar/rugaciunea-neincetata-pavaza-a-crestinului-181137.html (accesat pe 22.12.2023).

Adevărul este că problema singurătății se leagă de Dumnezeu. Aceasta fiindcă fără de El viața nu numai că este singură dar încet, încet își pierde din sens. „Invocarea numelui lui Iisus, în rugăciune, devine, așadar, izvor al darurilor dumnezeiești și al lucrării virtuților, după cum arată Calist și Ignatie Xanthopol; dintre acestea, cele mai de vază sunt pacea și iubirea, căci „numele Domnului Iisus Hristos, strigat cu curăție înlăuntrul inimii, e ca un izvor dumnezeiesc nesecat, din care țâșnesc cu prisosință acele bunătăți" (Calist și Ignatie Xanthopol, *Metodă și regulă foarte amănunțită pentru cei ce-și aleg să viețuiască în liniște și singurătate*, Filocalia, vol. VIII, București, 1979, p. 27). Dar nu simpla invocare formală a numelui lui Iisus este cheia primirii darurilor. Este foarte interesant modul în care părintele Stăniloae înțelege aici comunicarea lui Iisus Însuși, prin invocarea numelui Lui, în rugăciune. Astfel, părintele subliniază că invocarea trebuie să se facă în mod conștient și voluntar, pentru că altfel nu poate fi vorba despre o așezare a lui Iisus în inima noastră. „Nu numele luat în sine cuprinde pe Hristos - scrie părintele Stăniloae (poate în aceasta consta caracterul greșit al curentului «Imeaslavia» de la 1913, între călugării ruși din Athos), ci numele chemat cu credință, adică alipirea noastră de El însuși, prin pomenirea afectuoasă a Lui. Atunci se face o legătură între noi și El, ca de la persoană la Persoană și deci o comunicare a puterii Lui către noi" (Pr. prof. dr. Dumitru Stăniloae, Note de subsol, Filocalia, vol. VIII, București, 1979, p. 27)."[45]

Singurătatea din marile metropole este un lucru apăsător şi greu de purtat. Aceasta fiindcă oamenii de cele mai multe ori ajung să stabilească

- prietenii,
- relații
- şi legături

superficiale.

Aşa se face că de mai multe ori se poate remarca că până şi călugării din pustie nu sunt aşa de singuri ca oamenii din marile metropole ale lumii.[46]

Omul contemporan este singur fiindcă el

- nu Îl mai are
- şi nici nu Îl mai prea caută

pe Dumnezeu.

Acolo unde nu mai este Dumnezeu ei bine este clar că începe ca singurătatea să își intre în drepturi. Isihasmul creştin ortodox este o soluție la această mare problemă şi maladie a singurătății omului contemporan. Aceasta fiindcă sunt puțini cei care recurg la ishie pentru a depăşii singurătatea din viața lor. Gânditoarea Ada Elena Costache spunea în acest sens: „deși ar putea părea că există o contradicție între spusele părintelui Stăniloae și relatările altor trăitori ai rugăciunii lui Iisus, înțelegem, de aici, că această rugăciune nu este o mantra creștină, adică nu lucrează de la sine, prin simpla repetare mecanică a formulelor de rugăciune (aspect pe care îl vom dezvolta ulterior), ci pentru ca ea să fie eficientă este nevoie de propria noastră implicare sufletească și fizică. Astfel, deși numele conține potențial în el puterea lui Iisus, eliberarea acesteia sau conlucrarea cu aceasta se poate realiza numai prin implicare personală, nu în mod arbitrar, exterior voinței nevoitorului. Darurile pe care le izvorăște în inima celui care se roagă numele lui Iisus, chemat cu credință și iubire, sunt foarte multe, încât ar fi foarte greu să le sintetizăm în câteva rânduri. Dintre acestea fac parte: revenirea minții la preocupările duhovnicești, prin abandonarea lucrurilor exterioare, care o tulbură; cunoașterea stării duhovnicești proprii, deteriorată prin simțiri și gânduri rele; revenirea minții în inimă sau reîntregirea omului; curățirea firii; convorbirea cu Iisus, bucuria duhovnicească; descoperirea Împărăției lăuntrice, aflată în inimă; nașterea iubirii pentru Hristos; adunarea cugetelor, evlavia, smerenia, luarea aminte de sine, umilința, frica de Dumnezeu, pomenirea morții, concentrarea atenției în inimă, căldura cea duhovnicească."[47]

Deşi este încurajat de oameni din toate părțile omul marilor metropole nu simte

- comuniune,
- legătură,
- comunicare,
- sens,
- armonie
- şi înțelegere.

---

[45]Idem.

[46] A se vedea Paul Siladi, *Singurătatea îmblânzită: reflecții citadine despre Părinții pustiei* (Bucureşti, 2020).

[47] Elena Ada Costache, Ziarul Lumina https://ziarullumina .ro/actualitate-religioasa/documentar/rugaciunea-neincetata-pavaza-a-crestinului-181137.html (accesat pe 22.12.2023).

Este cu adevărat un paradox să fii înconjurat de oameni din toate părţile dar sufletul tău să se simtă trist. Aceasta fiindcă după cum am spus trebuie să ne dăm seama că singurătatea nu este un lucru care se elimină uşor. Ea este una care poate pătrunde profund şi adânc în viaţa şi sufletul nostru şi este greu de depăşit. Ceea ce este mai trist este că atunci când se simt singuri oamenii nu se roagă ci mai mult se îneacă în amarul lor şi mai mult. Ada Elena Costache spunea în acest sens: „invocarea acestui nume în rugăciune este o datorie a tuturor creștinilor, consideră părinții duhovnicești. Așa cum am arătat deja, rugăciunea inimii, devenită rugăciunea lui Iisus, constituie un model de rugăciune foarte practic în vremurile noastre. Cu un spirit duhovnicesc ascuțit, un monah athonit remarca două realități deosebite: pe de o parte, faptul că toți creștinii sunt chemați să se împărtășească de harul dumnezeiesc prin pomenirea Domnului Iisus, prin rugăciunea neîncetată, ca de o „masă mai presus de ființă a vieții mistice", iar, pe de altă parte, că atingerea acestui deziderat, la modul deplin - deși drumul unirii mistice cu Dumnezeu prin har nu se termină niciodată -, nu poate fi realizată decât printr-o viață lipsită cu totul de grija celor materiale, cu greu de conceput mai ales în societatea contemporană, atât de dedicată împlinirilor tehnologice și progresului material. Totuși, acesta nu este un demers imposibil, pentru că „isihast" poate fi considerat nu numai cel care s-a retras fizic din lume, pentru a se nevoi în pustiu, în singurătatea lipsită de zgomotul mulțimii, ci și cel care s-a retras în „cămara sufletului", rugându-se Tatălui și așteptând răsplata de la El (Matei 6, 6). Chiar dacă nu toate condițiile necesare rugăciunii sunt îndeplinite, Dumnezeu vine în întâmpinarea nevoitorului, completând efortul ascetic cu harul Său. De acest fapt ne încredințează Sfântul Cuvios Nicodim Aghioritul, spunând că, atunci când lucrarea rugăciunii în vederea curățirii și desăvârșirii ni se pare grea, trebuie să fim convinși de faptul că „însuși numele Domnului nostru Iisus Hristos, chemat neîncetat de noi, ne va ușura toate greutățile și, cu vremea, când ne vom obișnui și ne vom îndulci cu el, vom cunoaște prin cercare că acest lucru nu e cu neputință, nici greu, ci cu putință și ușor"."[48]

Ceea ceea ce este bine să ne dăm seama este că deşi suntem singuri în raport cu semenii ei bine nu suntem siguri în raport cu Dumnezeu. Aceasta fiindcă Dumnezeu nu părăseşte pe nimeni care se află la greutate. În acest sens părinţii deşertului nu se simţeau singur ci din contră se simţeau binecuvântaţi.[49]

De mai multe ori Dumnezeu lasă acest sentiment al singurătăţii colective fiindcă oamenii nu mai vor s fie în comuniune cu El. suntem atraşi de mai multe ori de

- bani,
- averi,
- plăceri trupeşti,
- mari funcţii
- sau faimă lumească

şi uităm de Dumnezeu.

Iată ce spunea în acest sens Ada Elena Costache: „chemarea numelui lui Iisus este o mângâiere pentru sufletul nostru, care nu Îl poate vedea pe Domnul în chip sensibil, pentru a se bucura de El și Îl strigă neîncetat în rugăciune. Dar pentru noi, acest nume nu este doar un mijloc de a intra în comuniune cu Iisus peste timp și spațiu, ci poartă în el arvuna îndumnezeirii tainice promise de Hristos.

Se mai impune o precizare, legată de înscrierea numelui Mântuitorului în icoana ortodoxă. Părintele Michel Quenot afirmă că „numele lui Hristos este icoana Sa verbală". Pe bună dreptate s-a făcut această asociere atunci când s-a vorbit despre relevanța și canonicitatea rugăciunii lui Iisus, după cum vom vedea mai departe. Am constatat că în Vechiul Testament exista interdicția pronunțării numelui lui Dumnezeu, acest lucru fiind permis numai în anumite condiții. Dar, remarcă părintele Michel Quenot, mai exista o interdicție, și anume, aceea de a avea imagini sau reprezentări în cult. În icoanele ortodoxe, însă, lucrurile iau o altă întorsătură: numele lui Iisus apare înscris (în dreptul capului Mântuitorului), devenind o prezență mistică a Persoanei Sale, impregnat cu energia Celui pe Care Îl invocăm în rugăciune."[50]

Ceea ce este cel mai trist este că în marile oraşe deşi sunt mai multe bisericii ei bine oamenii se simt părăsiţi de Dumnezeu şi nu ştiu de ce.

Harul lui Dumnezeu trebuie să ştim că nu se manifestă acolo unde este

- zarvă,

---

[48]Idem.

[49]A se vedea Paul Siladi, *Orașul-deșert: reflecții citadine despre părinții Bisericii* (Bucureşti, 2018).

[50] Elena Ada Costache, Ziarul Lumina https://ziarullumina .ro/actualitate-religioasa/documentar/rugaciunea-neincetata-pavaza-a-crestinului-181137.html (accesat pe 22.12.2023).

- larmă,
- gălăgie
- şi haos.

Ori putem să constatăm în marile noastre metropole toate aceste lucruri care sunt la ele acasă.[51]
Doi francezi discutau într-o zi.

- Ştii ce am auzit?
- Ce?
- Un prieten de-al meu a fost în Germania.
- Şi?
- A putut să vadă că germanii sunt diferiţi de noi.
- Sigur că sunt diferiţi.
- Sunt mai reci.
- Aşa este.
- De ce?
- Nu sunt latini.
- Adică?
- Noi latinii suntem mai calzi, mai primitori.
- Să ştii că şi eu am remarcat acest lucru.
- Păi cum să nu?
- Ştii la ce concluzie am ajuns?
- Nu.
- Oamenii de azi se simt singuri dintr-un motiv simplu.
- Care?
- Nu comunică.
- Cum aşa?
- Uite aşa.
- Acum când avem telefonie prin satelit?
- Este vorba de o comunicare formală.
- Crezi?
- Da.
- De ce?
- Trebuie să comuni din inimă.
- Cu sufletul?
- Da.
- Nu ştiu ce să spun.
- Ceea ce spune istoria este că toţi marii lideri au fost oameni care au ştiut să comunice bine.
- Cum aşa?
- O să îţi spun cum.
- Cum?
- Este vorba de o poveste pe care am auzit-o recent.
- De unde?
- De la noi din Franţa.
- Sună interesant.
- Evident.
- Şi despre cine este vorba.
- Despre Napoleon.
- Împăratul?
- Da.
- A fost o personalitate Napoleon.
- Aşa este.
- Şi ce spune această întâmplare?
- Cu Napoleon?
- Da.

[51] A se vedea Macarie Drăgoi, *De ce mă simt singur într-o eră a comunicării? Bucurie cerească, singurătate omenească* (Editura Felicitas, 2024).

- Se spune că Napoleon ştia să îşi însufleţească trupele.
- Da?
- Da.
- Cum?
- De mai multe ori Napoleon inspecta trupele lui.
- Şi?
- Acolo erau soldaţi care au luptat Abukir în Egipt, sau la Atena, Austerlitz etc.
- Evident.
- Ei bine ce le spunea Napoleon?
- Ce?
- Tu ai fost la Austerlitz.
- Şi?
- Imediat moralul trupelor creştea.
- De ce?
- Fiindcă soldaţii vedeau că împăratul îi reţine.
- Aşa este.
- Vezi?
- Atunci cum să nu căutăm noi să fim cu Iisus.
- De ce?
- Fiindcă El ştie toate.
- Nu m-am gândit la asta.
- Păi să te gândești.
- Am să o fac.
- Și mai este ceva.
- Ce?
- Când omul nu Îl mai are pe Dumnezeu tinde să se depărteze şi de semeni.
- De ce?
- Fiindcă Hristos este un Dumnezeu al comuniunii.
- Nu ştiam acest lucru.
- Popoarele reci să ştii că nu au dus-o prea bine în istorie.
- De ce?
- Fiindcă au ajuns să se izoleze.
- Sunt şi astfel de cazuri?
- Da.
- De ce?
- Când te crezi mare şi tare şi cei din jur nu te recunosc aşa cum crezi tu că eşti ei bine preferi să te retragi în sine.
- Aşa este.
- Vezi?
- Deci sunt și unii care se însingurează din orgoliu?
- Da.
- Mi se pare logic.
- Sunt mai multe astfel de popoare.
- Aşa este.
- Acum eşti lămurit.
- Da.
- Mă bucur.
- A fost o discuție rodnică.
- Așa ar trebuii să fie toate discuțiile noastre.
- Sunt de acord.
- Singurătatea în orice caz poate să fie depășită.
- Decât dacă este creată artificial.
- Aşa este.[52]

[52] Din Grigorie Comșa, *1000 de pilde pentru viața creștină* (Arad, 1929).

Ei bine când în marile metropole ajungem să ne simţim singuri ar fi bine să devenim mai interesaţi de spiritualitatea isihastă fiindcă ştim că ea poate să ne facă mult bine. Părintele Adrei Coroian spunea în acest sens: „Evenimentul central al revelației Fiului lui Dumnezeu este momentul Schimbării la Față, despre care Sfântul Ioan Damaschin spune că este „un ospăț duhovnicesc pentru cei aleși". Petrecut cu puțin timp înainte (patruzeci de zile) de pătimirea, răstignirea, moartea și învierea lui Hristos, Mântuitorul Se descoperă ca lumină și izvor de lumină. El este mărturisit de Tatăl ca Dumnezeu şi Fiu, de aceeaşi fiinţă, împreună cu Duhul Sfânt, prezent în norul de lumină, cinstit și închinat. Adumbrirea de către Duhul Sfânt dă apostolilor puterea de a rămâne în stare de fericire și contemplare (Matei 17, 4).

Schimbarea la Faţă s-a petrecut pe muntele Tabor în linişte isihastă, când Hristos dezvăluie celor trei ucenici, Petru, Ioan și Iacob, adevărata Sa identitate. Prin descoperirea luminii și dumnezeirii Sale, Hristos Se descoperă ca subiect de adorat, ca Mire ceresc al sufletului. Acesta este temeiul nevoinței isihaste, practica călugărilor și pustnicilor care năzuiesc să se împărtășească, prin rugăciune și nevoințe, de lumina necreată.

Domnul „S-a schimbat la faţă înaintea lor şi a strălucit faţa Lui ca soarele, iar veşmintele Lui s-au făcut albe ca lumina" (Mat. 17, 2). Sufletele celor trei apostoli crescuseră duhovniceşte. Erau curăţiţi de prezenţa şi cuvintele lui Hristos, ajunşi la treapta iluminării, treaptă în care, prin Petru, Îl mărturisesc: „Hristos (Mântuitorul) Fiul al lui Dumnezeu cel viu" (Matei 16. 16). Acesta este contextul în care trebuie înțeles momentul schimbării la față, ales cu înțelepciune de Hristos spre a descoperi lumina Sa veşnică, taborică, de care s-au îndrăgostit atunci ucenicii, iar mai apoi mii și mii de sfinți."[53]

CAPITOLUL 3

SFINŢII CREŞTINI ORTODOCŞI CA DOVEZI ALE REUŞITEI ISIHASMULUI CREŞTIN ORTODOX

Atunci când se face o nouă descoperire ştiinţifică ştim că mai întâi ea trebuie să fie experimentată în laborator. Dacă experimentul din laborator reuşeşte ei bine ea va ajunge să fie pusă şi în practică în lumea reală. Am spus aceasta fiindcă sunt mai mulţi care atunci când aud de isihasm sunt reticenţi. Aceasta fiindcă ei vor să ştie mai multe lucruri.

Cine a mai practicat ishasmul?

Este o practică de succes?

A dat această practică rezultate?

Este isihasmul sigur?

Evident că aceste întrebări sunt legitime. Ceea ce vom insista mai mult în acest capitol este că isihasmul a dat lumii mai mulţi sfinţi. Fie că vorbim de Sfântul Grigorie Palama, Sfântul Grigorie Sinaitul, Sfântul Petru Damaschinul sau Sfântul Paisie Velicikovski, ei bine se poate vedea că isihasmul a dat rezultate şi de demonstrat că el este funcţional.[54]

Ţelul isihastului este să se bucure de lumina taborică. Părintele Andrei Coroian spunea în acest sens: „numai cei curățiți și iluminați, care mărturisesc dumnezeirea lui Hristos, ajung la treapta vederii de Dumnezeu, a luminii nezidite ce izvora din ființa lui Hristos. Duhul Sfânt, prezent în norul de lumină, îi întăreşte duhovniceşte pe ucenici, iar glasul Tatălui care mărturiseşte dumnezeirea Fiului le întăreşte credința în El. Lucrarea treimică de pe Tabor întipăreşte în mintea și inima apostolilor frumusețea feței lui Hristos și faptul că El este „Calea, Adevărul și Viața" (Ioan 14, 6), „Viața și Învierea" (Ioan 11, 25), întărindu-le credința în dumnezeirea Sa. Descoperirea că Hristos este de-o ființă cu Tatăl, împreună veşnic, Căruia oamenii Îi datorează cinstire, ascultare și închinare, precum Tatălui și Duhului, este dată atunci tuturor generațiilor.

Vederea luminii este o culme a vieţii duhovniceşti. De aceea, Sfântul Grigorie Sinaitul scrie că numai cei schimbaţi la faţă, transfiguraţi în icoana firii lor, a căror minte şi inimă au devenit cu totul duhovniceşti, pot vedea lumina taborică. Motivul principal al Schimbării la Faţă, mărturisit de imnografia praznicului, este acela de a-i întări pe ucenici în credinţa în dumnezeirea lui Hristos, care este baza edificiului nostru duhovnicesc: „Cine nu adună cu Mine risipeşte" (Matei 12, 30)."[55]

---

[53]Preot Andrei Coroian, Ziarul Lumina https://ziarullumina.ro/teologie-si-spiritualitate/theologica/lumina-taborica-ospat-duhovnicesc-pentru-cei-alesi-173407.html (accesat pe 22.12.2023).

[54] A se vedea Vasile Andru, *isihasmul sau meşteşugul liniştirii* (Bucureşti, 2011).

[55] Preot Andrei Coroian, Ziarul Lumina https://ziarullumina.ro/teologie-si-spiritualitate/theologica/lumina-taborica-ospat-duhovnicesc-pentru-cei-alesi-173407.html (accesat pe 22.12.2023).

Dumnezeu şi Iisus trebuie să ştim că sunt persoane ale liniştii. A crede că în Dumnezeu sunt
- turbulențe,
- zarvă,
- nelinişte,
- haos
- şi anarhie.

Chipul creştin ortodox al lui Dumnezeu descoperit în Iisus este Cel al unui Dumnezeu al liniştii deci al isihasmului.[56]

Despre legătura dintre isihie şi lumina taborică a lui Iisus tot părintele Andrei Coroian spunea: „părintele Dumitru Stăniloae, în cartea sa „Iisus Hristos lumina lumii și îndumnezeitorul omului", arată șase motive teologice pentru care Hristos S-a schimbat la față, temeiuri ale nevoinței duhovnicești, încununate de vederea luminii taborice. Mai întâi, ca dovadă anticipată a învierii și dumnezeirii Sale, dovadă a mântuirii tuturor celor care cred în El și confirmarea mărturisirii apostolilor dată prin Petru în Cezareea, arătând că între iubirea, puterea Sa dumnezeiască și jertfa Sa nu este contrazicere, căci moare de bunăvoie, dar și înviază. Iubirea și puterea lui Hristos dau nevoitorului încredere absolută în Persoana Sa. Iubirea dă încredințarea că adâncul păcatului omenesc este infim în fața iubirii dumnezeiești din care izvorăște o infinită iertare. Puterea lui Hristos, care a primit moartea pe Cruce de bunăvoie spre a o birui înviind, este izvorul infinit de putere în lupta noastră cu patimile și duhurile răutății. Din Hristos izvorăște harul, pe care-l primim cu credință, smerenie, iubire și ascultare."[57]

Sfinţii părinţi isihaşti trebuie să ştim că sunt o categorie aparte de sfinţi. Aceasta fiindcă ştim că în ortodoxie avem mai multe categorii de sfinţi:
- sfinți doctori fără de arginți,
- sfinți militari,
- sfinți mărturisitori,
- sfinți călugări,
- sfinți martiri etc.

În cele din urmă avem sfinți isihaști. Deși mai toți sfinții au fost iubitori de isihie ei bine sfinții isihaști se consideră că încep cu Sfântul Grigorie Palama în secolul XIV.

Ceea ce este clar este că lumina taborică este centrul vederii duhovniceşti a isihastului creştin ortodox: „al doilea motiv teologic al schimbării la față este acela că Hristos le arată apostolilor că S-a coborât și Se va înălța prin jertfă nu numai pe sine ca Om, ci și pe ceilalți oameni care cred în El. Aceasta este semnificația prezenței profeților Moise și Ilie. Descoperindu-Se ca Dumnezeu și Domn al celor vii și al celor morți, Hristos dă dovada atotputerii Lui. În atotputerea și atotiubirea Sa, El Se jertfește pentru înălțarea, desăvârşirea tuturor oamenilor, dând sufletului puterea de a suferi și a se jertfi din iubire. Transfigurarea feței, trupului și a hainelor, care arată anticipat transfigurarea întregului cosmos, dă o pregustare a Împărăției cerești, o trăire anticipată a împărăției fericirii.

Al treilea motiv teologic constă în mărturia Tatălui, „Acesta este Fiul Meu cel iubit, pe Acesta să-l Ascultați" (Matei 17. 5), care arată că Mântuitorul Hristos este Fiul Tatălui veșnic, Dumnezeu și Om în același timp, dar mai arată că toți cei care cred în El vor deveni fiii Tatălui ceresc, prin înfierea pe care o dă trăirea în Duhul Sfânt. Mărturia Tatălui, dată ucenicilor pe muntele Tabor, dublează încrederea nevoitorului în Hristos, ca adevărat Dumnezeu și Fiu veșnic al Tatălui, prin care noi primim înfierea. Prin nevoință și har gustăm și noi puțin din bucuria cerească, pe care o vom primi în Împărăția cerească, unde este doar lumina cunoștinței, iubire și ascultare de Dumnezeu."[58]

Este adevărat că sunt mai mulți care sunt bazați pe logica profitului care nu se dau înapoi de la nimic din ceea ce ar putea profita. Aceasta fiindcă ei sunt persoane
- egocentrice
- şi egoiste.

Aceste persoane atunci când neliniştile în chinuie ei bine vor recurge eventual şi la practica isihastă. Acest lucru nu îl vor face din sinceritate ci mai mult pentru a depășii crizele existențiale prin care trec. După ce au

---

[56] A se vedea Ierotheos Vlahos, *Isihie și teologie. Calea tămăduirii omului în Biserica Ortodoxă* (București, 2016).

[57] Preot Andrei Coroian, Ziarul Lumina https://ziarullumina.ro/teologie-si-spiritualitate/theologica/lumina-taborica-ospat-duhovnicesc-pentru-cei-alesi-173407.html (accesat pe 22.12.2023).

[58] Idem.

trecut de aceste probleme din viața lor evident că ei vor uite de isihasm care a fost pentru ei doar o aventură de scurtă durată.

Evident că asemenea persoane nu ştiu de lumina spirituală pe care isihasmul o degajă celor din jur: „arătându-Se pe Tabor în lumină dumnezeiască cu trupul, Hristos ne arată prin aceasta înveşnicirea trupului omenesc şi marea iubire pe care o are Dumnezeu față de noi, fiind al patrulea motiv teologic redat de părintele Dumitru Stăniloae. Lumina și bucuria învierii se arată acum pe fața lui Moise, a lui Ilie și a tuturor oamenilor, ceea ce nu se mai întâmplase până atunci, toți trăind bucuria comuniunii în iubire cu Hristos. Ținta vieții duhovnicești este îndumnezeirea. Nevoința în rugăciune și contemplație duce la iubire, iar iubirea este răspunsul dat de om iubirii lui Hristos. Iubirea și nepătimirea sunt factorii care stau la baza unirii cu Dumnezeu în lumină și iubire.

Al cincilea motiv se referă la bucuria comuniunii, sfinți și toți cei mântuiți nu se mai satură niciodată. Lumina comuniunii cu Hristos este nesfârșită, la fel ca și bucuria pe care o aduce, de aceea apostolii vor să înveşnicească acel moment, exprimându-se prin Petru: „Bine ne este să fim aici, să facem trei colibe”... (Matei 17. 4). Bucuria comuniunii cu Hristos în lumina Sa cerească nu poate fi exprimată în cuvinte. Fericirea cerească este potrivită cu timpul infinit al lui Dumnezeu.”[59]

Prin urmare este bine să ştim că isihia nu este o problemă de

- conjunctură,
- ocazie,
- moment
- şi interes egoist.

Isihia este şi ea o chestiune existenţială de care trebuie să ţinem cont. A crede că putem să ne folosim de isihasm ca de o aventură este o abordare cât se poate de eronată şi greşită. Ceea ce este cel mai trist este că pentru mai mulţi din zilele noastre ei bine isihasmul nu este nimic mai mult decât o aventură de scurtă durată. Aceasta fiindcă este de la sine înţeles că spiritualitate isihastă nu este un mod de viaţă ci mai mult o tehnică de supravieţuire şi de propăşire când vremurile sunt grele.[60]

Lumina lui Hristos poate să fie experimentată şi prin isihasm. Părintele Andrei Coroian spunea în acest sens: „nu în ultimul rând, al şaselea motiv teologic al Schimbării la Faţă face referire la lumina care va iradia din Hristos în veacul viitor, umplându-i pe toți de lumină sau făcându-i pe toți lumină. Hristos nu S-a mulțumit să-i convingă pe ucenici doar cu învățătura Sa, ci le-a arătat în mod vizibil că El este Persoana dumnezeiască a umanității. Fiecare va trăi în lumina lui Hristos, se va bucura în comuniunea iubirii cu El, așa cum s-au bucurat cei trei apostoli pe Tabor. Această participare la viața și lumina lui Hristos în veacul viitor, unde toți vor deveni lumină, este descrisă de Sfântul Simeon Noul Teolog astfel: „Dumnezeu este lumină (I Ioan 1, 5) și celor cu care se unește le împărtășește pe măsura curățirii lor strălucirea Lui; și atunci candela (Matei 25, 8) sufletului, adică mintea, cunoaște că a fost aprinsă de un foc dumnezeiesc care o învăluie”.”[61]

Ceea ce se poate vedea este că sfântul creştin ortodox este o persoană care nu numai că a ajuns la linişte – deci la isihie – dar la fel de bine ajunge să o propage şi în jurul lui. Sunt cunoscute cuvintele Sfântului Serafim de Sarov care spunea că: „dobândeşte pacea lăuntrică şi mii de sufletele se vor mântuii în jurul tău.” Aici trebuie să înţelegem prin pacea lăuntrică

- isihia,
- liniștea
- și împăcarea sufletească.

Prin urmare isihia nu se priveşte nu numai pe noi ca persoane ci la fel de bine şi pe cei din jurul nostru. Dacă noi nu avem linişte în sufletul nostru ei bine nu avem cum să împărtăşim celor din jur inişte. A crede că putem să facem acest lucru este o mare iluzie.

Isihia este un lucru care nu trebuie să fie înţeles ca un fel de nirvana budistă şi hindusă în care vom înceta să mai fim persoane şi ne vom contopii cu un mare tot impersonal. Sunt mai mulţi care adevărul este că nu au o înţelegere

- ortodox
- şi corectă

---

[59]Ibidem.

[60]A se vedea Zaharia Zaharou, *Isihasmul: cuptorul înrourat al inimii* (Bucureşti, 2023).

[61]Preot Andrei Coroian, Ziarul Lumina https://ziarullumina.ro/teologie-si-spiritualitate/theologica/lumina-taborica-ospat-duhovnicesc-pentru-cei-alesi-173407.html (accesat pe 22.12.2023).

a isihasmului. Aceasta fiindcă ei cred că el nu este nimic mai mult decât o altă practică orientală ezoterică cu mască creştină. Că isihia aduce lumina lui Hristos în sufletele noastre ne-o spune părintele Andrei Coroian: „Vederea luminii taborice, trăirea în ea, este totuna cu trăirea în iubirea divină, cu trăirea în Dumnezeu. Lumina este manifestarea iubirii dumnezeieşti, o lucrare a Duhului Sfânt, iar cel ce se ridică la această stare uită de senzaţiile trupului. Părintele Dumitru Stăniloae ne învaţă că „Duhul Sfânt curăţă sufletul de tot ce-l atrage spre plăceri îngroşate şi-l umple de simţiri delicate şi aprinse ale iubirii... Lumina este o stare a fiinţei umane spiritualizate, îmbunătăţite, înduhovnicite, transparente".

Lumina necreată a fost dorirea tuturor iubitorilor de Hristos, din toate vremurile şi locurile. Este şi dorirea trăitorilor din zilele noastre. Doamne Iisuse Hristoase, Cel ce ai arătat slava dumnezeirii Tale ucenicilor Tăi, pe cât au putut primi, în muntele cel sfânt al Taborului, străluceşte şi-n inimile noastre lumina cea curată a cunoaşterii dumnezeirii Tale, pentru rugăciunile Preacuratei Maicii Tale şi ale tuturor Sfinţilor Tăi. Amin."[62]

Doi scriitori discutau într-o zi.

- Ştii la ce concluzie am ajuns?
- Care?
- Nu pot scrie decât în linişte.
- Şi eu.
- Chiar?
- Da.
- Sunt şi care pot scrie în gălăgie.
- Nu am auzit de asemenea cazuri.
- Sunt şi unii aşa.
- Posibil.
- Liniştea ajută mult un scriitor.
- Este ca un fel de isihie.
- Da. De unde ştii de isihie?
- Ei bine mai citesc şi eu.
- Asta este bine.
- Deci se poate spune că scriitorul este un isihast?
- Da şi nu.
- De ce?
- Asta în funcţie de ce scrie.
- Adică?
- Nu vezi câte prostii se scriu în zilele noastre.
- Adică?
- De romane erotice ai auzit?
- Da.
- Şi sunt ele opera unui isihast?
- Nu în nici un caz.
- Vezi?
- Deci un scriitor trebuie să fie atent ce scrie?
- Cum să nu.
- Ai dreptate.
- Oricum sunt mai multe lucruri pe care scriitorul le poate face pentru isihie.
- Care sunt acelea?
- Să ajungă să popularizeze prin scrierile lui marile adevăruri isihaste.
- Se poate acest lucru?
- Cum să nu.
- Nu m-am gândit la asta.
- Ştii cum trebuie să fie un scriitor?
- Nu.
- O să îţi spun.
- Chiar te rog.

[62] Idem.

- Tu de poetul portughez Camoens ai auzit?
- Nu.
- Ei bine el a scrie o carte de poeme epice.
- Cum se numea?
- Lusiada.
- Şi?
- Ei bine a trebuit să facă o călătorie pe mare.
- Înţeleg.
- Pe cum era pe mare s-a pornit o furtună.
- Nu se poate.
- Ce ne vom face acum? Se întrebau călătorii.
- Ei bine vasul a naufragiat.
- Vai de mine.
- Camoens avea cu sine Lusiada.
- Şi a pierdut-o?
- Nu.
- Cum?
- Ce şi-a spus?
- Ce?
- Lusiada este cea mai bună lucrare a mea.
- Cred şi eu.
- Şi ce a făcut poetul?
- Ce?
- A luat în gură manuscrisul Lusiada şi a înotat spre o insulă.
- A riscat să îţi piardă viaţa?
- Da.
- Şi care este morala întâmplării?
- Aşa trebuie să fim şi noi.
- Adică?
- Trebuie să ţinem la sufletul nostru la fel cum Camoens a ţinut la opera lui Lusiada.
- Pe care a salvat-o cu preţul propriei vieţi?
- Da.
- Este frumoasă comparaţia.
- Cred şi eu.
- Dar ştii ce am remarcat eu?
- Ce?
- Deşi au nevoie de isihie ei bine scriitorii nu sunt conştienţi de ea.
- De cele mai multe ori.
- De ce?
- Fiindcă sunt ignoranţi.
- Aşa este.
- Şi mai este ceva.
- Ce?
- Nu trebuie să fie confundată isihia unu scriitor cu isihia sfinţilor.
- Aşa este.
- Sunt diferite.
- Chiar dacă se aseamănă?
- Da.
- Mi-ai deschis ochii spre isihie.
- Mă bucur.
- Nu eram conştient de ea.
- Vei fi de aici înainte.
- Aşa este.[63]

[63] A se vedea Grigorie Comşa, *1000 de pilde creştin ortodoxe* (Arad, 1929).

Isihia este prezentă în mai multe domenii ale vieţii omului mai ales când acesta vrea să dea rezultate şi să fie de succes. Totuşi se poate spune că această isihie este mai mult laică şi profană. „Isihasmul creştin ortodox este în acest sens încununarea oricărui fel de isihie: „potrivit tezelor isihaste, comuniunea omului cu Dumnezeu (legătură inițial existentă, dar deteriorată prin păcatul primordial) se poate reface printr-un efort către obținerea purității primordiale, efort ascetic ce presupune două trepte consecutive.

Prima este *praxisul*, care constă în urmărirea strictă a pildei unor monahi exemplari, stăpânirea propriului eu, supunerea la privațiuni și probe ascetice. Rezultatul era achiziționarea unei bune discipline psihice.

Regenerarea morală este ținta celei de a doua etape, în cadrul căreia, printr-o supremă concentrare interioiară, prin izolare de lumea exterioară, prin meditație continuă și prin practicarea rugăciunii mentale (specifică isihaștilor), se poate ajunge la purificare, resurecție spirituală și starea de extaz ce îngăduie *vederea luminii divine* (care, în concepția lui Palamas, este identică cu cea apărută pe muntele Tabor).

Isihasmul este prin urmare atât o teorie cât și o practică religioasă. În sens isihast, teologia nu este numai un discurs despre Dumnezeu, este în același timp și un mod de viață creștin. Teolog este cel care nu rămâne la a cunoaște dogma și canoanele, ci mai ales le practică, trăind el însuși în Iisus Hristos. Astfel, în Isihasm creștinismul este în primul rând *experiență*.

Isihasmul consideră că Dumnezeu poate fi cunoscut, deoarece omul este părtaș la energia divină necreată, adică la harul lui Dumnezeu."[64]

Este evident prin urmare că nu trebuie să avem nici o îndoială despre

- reuşita,
- eficacitatea
- şi deplinătatea

isihasmului fiindcă el a fost certificat de experienţele a mai multor sfinţi isihaşti. În acest sens mai toate poporale creştin ortodoxe îşi au proprii ei ishihaşti care au contribuit la

- edificarea
- şi desăvârşirea

lui.[65]

Este evident că sfinţii isihaşti au fost unii care au perfecţionat isihasmul şi la fel de bine l-au dezvoltat aşa în cât în zilele noastre oricine vrea să devină isihast are o bogată literatură care poate să fie consultată şi poate fi de folos.

„Scopul isihastului este cunoașterea față către față a lui Dumnezeu. În singurătate, el repetă rugăciunea lui Iisus "cu inima", adică în mod real, ca pe o invocație a lui Hristos însuși. Aceasta este încă o diferență fundamentală față de tehnicile ascetice orientale, unde puterea formulelor mantrice este *in objecto*. Pentru isihast, repetarea pur formală a silabelor rugăciunii este considerată periculoasă.

Practicarea rugăciunii lui Iisus, numită și „Rugăciunea inimii", trebuie să aibă loc în umilință. Textele isihaste avertizează deseori asupra pericolelor care survin asupra eremitului care este mândru, orgolios sau arogant.

Practicarea rugăciunii inimii este continuă și automată, ducând la dobândirea unei stări mentale de *nepsis* (sobrietate, neutralitate), acea stare mentală care a devenit imună la gândurile ispititoare."[66]

Este evident că sunt mai multe lucruri spirituale pe care isihastul le practică dintre care amintim:

- asceza,
- postul,
- rugăciunea,
- nevoința
- sau spovedania şi împărtăşania.

Totuşi este bine să ne dăm seama că ceea ce este esenţial pentru un isihast este liniştea. Există mult prea mult vacarm şi gălăgie în lumea noastră şi isihastul este unul care vrea să ajungă nu numai la liniştea auzului ci la fel de bine şi la liniştea şi pacea sufletească.

Liniştea isihastă este una care evident că – în sens socratic – ajunge să ne ducă la o mai bună cunoaştere de sine. Acest lucru este destul de importat pentru un isihast. De ce? Fiindcă trebuie să ştim că nu prea ai cum să fi isihast dacă nu te cunoşti pe sine.

---

[64] https://ro.wikipedia.org/wiki/Isihasm (accesat pe 22.12.2023).

[65] A se vedea Dumitru Stăniloae, *Din istoria isihasmului în ortodoxia română* (Craiova, 1992).

[66]https://ro.wikipedia.org/wiki/Isihasm (accesat pe 22.12.2023).

„Tradiția filozofică a acestui curent conține elemente din gândirea neoplatonicilor. Ideile lui Platon - mai ales interpretările date de neoplatonici - au revenit periodic în atenția filozofilor și teologilor bizantini, altfel cunoscători exemplari ai tezaurului filozofic elin și utilizatori ai lui, în limitele îngăduite de credința creștină. Mişcarea isihastă a cărei nume vine de la monahii "isihaşti" adică aceia care preferau, în locul comunităților călugărești, locurile retrase care favorizau asceza și existența în tăcere, cu rădăcini în epoca bizantină timpurie (practica monastică din Siria și Palestina ce a arătat de mult elemente pre-isihaste), se va închega într-un sistem al filozofiei bizantine din secolul al XIV-lea.

„Isihasmul a mai fost definit și ca o continuare a cunoscutei lupte dintre „ziloți" și „politici" sau a celei dintre călugări și clerul secular, cu câștig pentru primii.

S-a mai spus, după opinia lui F. I. Uspenski, că „explozia" isihastă este și o continuare a luptei dintre platonism și aristotelism. Conflictul fundamental a fost însă alimentat de disputa înverşunată dintre „palamiți" și „varlamiți".

Două ipostaze l-au făcut celebru pe Varlaam: cea de inamic al lui Palamas și cea de profesor de greacă al lui Petrarca. Un gânditor raționalist, Varlaam a nutrit la școala ideilor filozofice și a logicii lui Aristotel, apreciind silogismele și capacitatea minții omenești de a pătrunde cu sprijinul lor către „natura" lucrurilor."[67]

Ceea ce mai mulţi sfinţi isihaşti au putut vedea este că demonii nu au linişte. Dacă se poate spune că îngerii sunt isihaşti ei bine demonii sunt departe de a fi liniştiţi şi în pace. Aceasta fiindcă ei sunt unii care se află într-un fel de *activism*

- nebun,
- iraţional,
- rău
- şi pervertit.

Prin urmare este bine să ştim că demonii dispreţuiesc isihia creştin ortodoxă. Demonii nu suportă să stea lângă un isihast care este liniştit fiindcă după cum am spus ei nu sunt liniştiţi.[68]

Iată ce spunea în acest sens părintele Adrian Agachi: „războiul duhovnicesc nu are început sau sfârșit. Și, de aceea, nici folosirea rugăciunii, cea mai importantă armă în această luptă sufletească, nu trebuie să înceteze până când nu suntem izbăviți de ispitirile celui viclean. Însă nici o încercare spirituală, oricât ar fi de dificilă, nu este lipsită de sens, ci, din contră, ne este oferită spre povățuirea și curățirea inimii noastre, așa cum observăm din viața Dreptului Iacov.

Îndemnul părinţilor săi de a pleca de acasă pentru a-şi căuta o soţie a fost împlinit de Dreptul Iacov şi ca o oportunitate de a scăpa de duşmănia propriului frate geamăn, Isav. Acesta îl ura pentru faptul că primise în locul său dreptul de a fi considerat întâiul născut al familiei şi dorea să se răzbune împotriva lui. Astfel, Iacov pleacă de acasă pentru o perioadă de timp considerată de el scurtă, dar care se va prelungi nu mai puţin de două decenii, timp în care va dobândi nu mai puţin de treisprezece copii şi o avere impresionantă. Dar, întorcându-se spre casă după acest exil îndelungat împreună cu numeroasa sa familie şi întreaga avere, Iacov trimite înainte emisari pentru a vedea care este atitudinea fratelui său Isav şi a observa dacă aceasta s-a mai schimbat între timp.

Însă, înainte de a împlini acest act, Iacov are o viziune extraordinară: „A văzut oştirea lui Dumnezeu tăbărâtă, căci l-au întâmpinat îngerii lui Dumnezeu. Iacov însă, când i-a văzut, a zis: «Aceasta este tabăra lui Dumnezeu!»" (*Facerea* 32, 1-2). Cumva, această descoperire ieşită din comun arată purtarea de grijă a lui Dumnezeu faţă de sfinţii Săi. Iacov vede taberele îngereşti aşa cum o făcuse şi cu două decenii în urmă, când i se descoperiseră în vis, urcând şi coborând pe faimoasa scară care se prelungea de la pământ la ceruri."[69]

Ceea ce ne putem da seama este că în timp ce isihia este una care îi atrage pe îngeri ei bine ea îi izgoneşte pe demoni. Demonii după cum am spus sunt fiinţe

- chinuite,
- neliniştite,
- fără odihnă
- care au pierdut sensul vieţii
- şi care nu ştiu decât de larmă şi gălăgie.

---

[67] Idem.

[68]A se vedea Irenee Hausherr, *Isihasm și rugăciune* (București, 2023).

[69] Preot Adrian Agachi, Ziarul Lumina https://ziarullumina.ro/teologie-si-spiritualitate/theologica/rugaciunea-lupta-duhovniceasca-171717.html (accesat pe 22.12.2023).

Isihastul când ajunge să se liniştească o face pe măsură ce demonii fug de lângă el. poate părea mai naiv pentru unii dar ceea ce trebuie să ne dăm seama este că isihia are efect asupra demonilor. Aceasta fiindcă vacarmul şi neliniştea lumii din jur de mai multe ori sunt

- instigate
- şi create

de demoni pentru a crea confuzie şi pentru ca oamenii să nu mai ştie în ce realităţi sunt cu adevărat.

Vechiul Testament ne aminteşte că în faţa problemelor trebuie să ne rugăm: „Întoarcerea solilor de la fratele său, Isav, se dovedește una dureroasă pentru Dreptul Iacov. I se transmite că fratele său vine în întâmpinarea sa cu patru sute de oameni. Neînțelegând adevăratele intenții ale acestuia și temându-se de represalii armate, Iacov își împarte averea și robii în două tabere, încercând astfel să își protejeze familia și urmând modelul celor două tabere îngerești pe care le văzuse cu puțin timp înainte.

Apoi, în chip smerit, își pleacă genunchii în fața Dumnezeului Celui viu, Care l-a apărat atâta timp și de la Care nădăjduiește că va primi în continuare ajutor. „Dumnezeul tatălui meu Avraam și Dumnezeul tatălui meu Isaac, Doamne, Tu, Cel ce mi-ai zis: Întoarce-te în țara ta de naștere, și Eu îți voi face bine, nu sunt vrednic de toate îndurările Tale și de toate binefacerile ce mi-ai arătat mie, robului Tău, că numai cu toiagul am trecut deunăzi Iordanul acesta, iar acum am două tabere; izbăvește-mă, dar, din mâna fratelui meu, din mâna lui Isav, căci mă tem de el, ca nu cumva să vină și să mă omoare pe mine și pe aceste mame cu copii. Căci Tu ai zis: îți voi face bine și voi înmulți neamul tău ca nisipul mării, cât nu se va putea număra din pricina mulțimii" (*Facerea* 32, 9-12).

Iacov amintește aici, în primul rând, de bunicul și tatăl său, înscriindu-se astfel într-o genealogie a rugăciunii. În al doilea rând, nu uită să enumere toate binefacerile pe care le-a primit de la Dumnezeu și să-și recunoască propria nevrednicie, fapt care dovedește smerenia și pocăința sa sinceră. În cele din urmă, rugăciunea se încheie cu o amintire a făgăduinței pe care Dumnezeu I-a făcut-o la începutul călătoriei sale și pe care Iacov o dorește împlinită, atât pentru sine, cât și, mai ales, pentru numeroasa sa familie."[70]

Asemenea lui Iacov din întâmplarea de mai sus sunt mai mulţi care vor să obţină liniştea sufletului – adică isihia – dar nu reuşesc. Aceasta fiindcă

- demonii
- şi lumea

nu îi lasă în pace.[71]

În continuare părintele Adrian Agachi spunea: „tulburat de situația existentă, Iacov stăruie în continuare în rugăciune. Dar acum are loc un eveniment ieșit din comun, care a rămas în istorie sub numele de „lupta lui Iacov cu îngerul". Iată mărturia Scripturii: „Rămânând Iacov singur, s-a luptat Cineva cu dânsul până la revărsatul zorilor. Văzând însă că nu-l poate răpune Acela, S-a atins de încheietura coapsei lui și i-a vătămat lui Iacov încheietura coapsei, pe când se lupta cu el. Și i-a zis: «Lasă-Mă să plec, că s-au ivit zorile!» Iacov I-a răspuns: «Nu Te las până nu mă vei binecuvânta». Și l-a întrebat Acela: «Care îți este numele?» Și el a zis: «Iacov!» Zisu-i-a Acela: «De acum nu-ți va mai fi numele Iacov, ci Israel te vei numi, că te-ai luptat cu Dumnezeu și cu oamenii și ai ieșit biruitor!» Și a întrebat și Iacov, zicând: «Spune-mi și Tu numele Tău!» Iar Acela a zis: «Pentru ce întrebi de numele Meu? El este minunat!» Și l-a binecuvântat acolo. Și a pus Iacov locului aceluia numele Peniel, adică fața lui Dumnezeu, căci și-a zis: «Am văzut pe Dumnezeu în față și mântuit a fost sufletul meu!" (*Facerea* 39, 24-30).

Acest episod ne arată întreaga dimensiune a rugăciunii ca luptă, ca război duhovnicesc. Iacov trece printr-o încercare dificilă, îi sunt testate credința, răbdarea, smerenia, pocăința. Și iese biruitor pentru că nu renunță. Se luptă cu propriile neputințe, cu propriile îndoieli și refuză să se dea bătut. Avem aici o prefigurare a luptelor duhovnicești întâmpinate de marii asceți creștini, de la Sfântul Antonie cel Mare în primele veacuri și până la Siluan Athonitul sau Iosif Isihastul în perioada contemporană."[72]

Sfinţii isihaşti trebuie să ştim că nu sunt diferiţi de restul sfinţilor. Totuşi trebuie să ştim că sfinţeniei nu este una unilaterală ci ea este una care ajunge să se manifeste în funcţie de care sunt caracteristicile unei anumite persoane. Aceasta fiindcă sfinţenia este una spirituală dar şi personală.

---

[70]Preot Adrian Agachi, Ziarul Lumina https://ziarullumina.ro/teologie-si-spiritualitate/theologica/rugaciunea-lupta-duhovniceasca-171717.html (accesat pe 22.12.2023).

[71] A se vedea Mănăstirea Paraclitu din Grecia, *Demonii şi lucrările lor* (Galaţi, 2007).

[72] Preot Adrian Agachi, Ziarul Lumina https://ziarullumina.ro/teologie-si-spiritualitate/theologica/rugaciunea-lupta-duhovniceasca-171717.html (accesat pe 22.12.2023).

În acest sens părintele Constantin Băjău spunea: „pornind de la lucruri simple, legate de modul cum trebuie să ne rugăm, observăm cât de mare atenţie acordă acestor factori externi, care ajută la împlinirea scopului rugăciunii. Începând cu ţinuta exterioară a corpului, Sfântul Simeon îi îndeamnă pe participanţii la rugăciune şi la sfintele slujbe să se concentreze fizic şi psihic, respectând o bunacuviinţă a trupului, a membrelor lui, printr-o poziţie decentă, liniştită şi nemişcată, precum şi a ochilor, pentru ca privirea să nu fie sustrasă de alte lucruri lumeşti. Mai presus de toate, inima să se înalţe spre ceruri, spre Dumnezeu, chemând de acolo, de sus, cu lacrimi şi cu suspine, milostivirea Sa. „Stai, zice el, adunându-ţi gândurile şi nelăsându-le să hoinărească altundeva, strânge-ţi mâinile, uneşte-ţi deopotrivă picioarele neclintite… şi închide-ţi ochii, ca să nu mai vadă altceva şi să nu se risipească mintea, iar mintea şi inima înalţ-o la ceruri, chemând de acolo mila lui Dumnezeu cu lacrimi şi suspine”."[73]

Doi sociologi discutau într-o zi.

- Ştii ce mă interesează?
- Ce?
- Care sunt limitele sociologiei?
- Limitele sociologiei?
- Da.
- În ce sens?
- Omul este o fiinţă socială?
- Da.
- Dar el poate să devină prea social nu?
- Da.
- Și atunci trebuie să fie stabilite niște limite nu?
- Da.
- Care sunt acestea?
- Îți voi spune eu.
- Te rog.
- Sunt limitele bunului simţ.
- Adică?
- Dacă cineva îți cere o oră pentru a se sfătuii cu tine este decent?
- Da.
- Dar dacă vine şi te ţine 5 ori la discuţii?
- Este cam mult.
- Deci vezi?
- Ce.
- Bunul simţ îţi spune care sunt limitele sociale.
- Aşa este.
- Și mai este ceva.
- Ce?
- Oamenii sunt diferiţi.
- Aşa este.
- Unii au nevoie de mai multă socializare şi alţi de mai puţină socializare.
- Ai dreptate.
- Deci vezi trebuie mult discernământ.
- În ce sens discernământ?
- Îţi voi spune.
- Chiar te rog.
- Trebuie să ştii să nu sari calul.
- Adică?
- Să nu exagerezi.
- Îţi voi spune o întâmplare.
- Te ascult.
- Este din România.
- Frumos.

[73] Preot Constantin Băjău https://revistaortodoxa.ro/?p=1307 (accesat pe 22.12.2023).

- Era un creştin ortodox bun care din pricina sărăciei era pe punctul de murii de foame el cu familia lui.
- Şi?
- Nu mai ştia ce să facă.
- Îmi dau seama.
- Şi atunci ce şi-a spus?
- Ce?
- Ce ar fi să mă duc la proprietarul de la noi din sat şi să cer de mâncare?
- Şi s-a dus?
- Da.
- Şi?
- Proprietarul i-a spus.
- Ce?
- Te voi ajuta.
- Vă mulţumesc, i-a spus omul nostru.
- Şi?
- 10 dat zece duble de porumb.
- Frumos.
- Doar că ajuns acasă nu s-a bucurat mult de linişte.
- De ce?
- Unul dintre membrii familiei lui era stăpânit de patima luxului.
- Nu se poate.
- Ba da.
- Şi?
- Acesta deşi era sărac cheltuia banii pe lucruri de lux.
- Îmi dau seama.
- Ei bine soţia omului nostru fiind o femeie înţeleaptă a găsit soluţia.
- Care?
- S-a dus şi a vândut două duble de grâu şi cu banii a cumpărat de mâncare.
- Frumos.
- Şi care este morala?
- Că banul obţinut cu sudoare trebuie să fie cheltuit cu mare grijă.
- Aşa este.
- Sunt mulţi care îşi pierd liniştea sufletească fiindcă nu sunt atenţi.
- Aşa este. Este nevoie de liniştea sufletească.
- Mă bucur că eşti de acord.
- Cum să nu fiu?
- Deci aşa este şi cu socializarea?
- Trebuie să respecte bunul simţ?
- Da.
- Nu ştiam că se poate vorbii de bun simţ în sociologie.
- Cum să nu?
- Acum te cred.
- Foarte bine.
- Este frumos ca noi sociologiei să ne mărturisim unul altuia.
- Aşa este.
- A fost o discuţie cu mare folos pentru mine.
- Şi pentru mine.
- Mai trebuie să avem astfel de discuţii.
- Sigur.
- Sunt o modalitate de a ne pune în acord.
- Cu probleme mai dificile.
- Aşa este.[74]

[74] Din Grigorie Comşa, *1000 de pilde pentru viaţa creştină* (Arad, 1929).

Prin urmare isihia ne face să ne ştim mai bine şi să nu avem aşteptări deşarte de la cele din jur. Părintele Adrian Agachi spunea în acest sens: „Toți acești asceți au urmat același parcurs: au intrat în adâncurile iadului cu rugăciunea, fiind ridicați ulterior, după suferințe grele și încercări dificile (simbolistica șoldului rănit al lui Iacov este sugestivă), de harul dumnezeiesc, care i-a binecuvântat, i-a luminat, i-a întărit, i-a desăvârșit. Lupta lui Iacov rămâne în istorie ca o imagine a rugăciunii stăruitoare, care nu se lasă înfrântă de dificultățile întâmpinate și a cărei lumină strălucește cu atât mai puternic, cu cât în jurul ei se adună cel mai profund întuneric. În cuvintele unui mare isihast contemporan: „În lucrarea rugăciunii o mare importanță o are densitatea ei și gândul continuu la Dumnezeu. Treptat, se va concentra și atenția minții, ceea ce de fapt constituie roada rugăciunii. Odată cu concentrarea atenției, omul începe să descopere în sine tot răul ce vine din inima în care locuieşte vrăjmaşul care aprinde patimile. Răul apare în cugete, în dorințe, dar mintea însetată de mântuire nu trebuie să bage în seamă cugetele, ci să le curme, fiind atentă doar la rugăciune. Astfel, patimile își pierd puterea. Aceasta este lupta" (Arhiepiscopul Antonie de Golânsk și Mihailovsc, *Calea rugăciunii lăuntrice. Manualul isihiei*, Galați, Ed. Egumenița, s.a., p. 60).

Ori de câte ori ne luptăm în rugăciunea noastră cu cugetele, cu imaginile, cu tentațiile necurate, Dumnezeu ne dă cununa biruinței. Și chiar dacă uneori șchiopătăm asemenea lui Iacov, să rămânem încredințați că milostiv este Dumnezeu și ne va ajuta să trecem peste orice fel de încercări, așa cum a făcut-o și cu acest om care a bineplăcut Lui."[75]

CAPITOLUL 4

ISIHASTUL NU NUMAI CĂ ŞTIE INFORMAŢII DESPRE DUMNEZEU DAR LE ŞI TRĂIEŞTE

Trăim într-o lume cibernetică şi digitală în care informaţia înseamnă enorm. La
- bursele de valori,
- în presă,
- în mas media,
- în şcoli
- în serviciile de informaţii

informaţia este esenţială.[76]

Cumulul mare de informaţie din societatea noastră adevărul este că ajunge să creeze un vid existenţial în care
- trăirile,
- experienţele,
- persoana
- şi personalitatea umană

nu mai contează prea mult.

Isihastul este în contrast cu această lume super-informaţională. Părintele Constatin Băjău spunea în acest sens: „se arată modul cum trebuie să se roage în sfântul locaş oricine s-a „dezbrăcat de omul cel pământesc, împreună cu cugetul lui şi s-a îmbrăcat prin haina monahală în omul ceresc". În biserică, atenţia creştinului se cuvine să fie îndreptată numai la psalmodiere şi la citirea dumnezeieştilor Scripturi, atât pe cât este posibil, spre a nu lăsa să treacă în deşert niciunul dintre cuvintele ei. Şi, cu căinţă şi smerenie, acesta să nu iasă de la slujbă până nu se încheie ultima rugăciune (Cateheza a XXVI-a).

O atenţie mare este acordată efortului de concentrare, pentru ca rugăciunile să nu treacă fără folos, fără efecte vizibile, cum sunt lacrimile, îndeosebi în timpul slujbei. Se doreşte să se formeze din aceasta o deprindere. Concentrarea se referă la întregul corp, ale cărui membre ajută la ridicarea minţii şi inimii omului spre cer, către Dumnezeu în Treimea Persoanelor Sfinte."[77]

Prin urmare sunt mai mulţi creştin ortodocşi care se confruntă cu o mare dilemă: ce contează mai mult formaţia teologică sau trăirea duhovnicească?

---

[75] Preot Adrian Agachi, Ziarul Lumina https://ziarullumina.ro/teologie-si-spiritualitate/theologica/rugaciunea-lupta-duhovniceasca-171717.html (accesat pe 22.12.2023).

[76]A se vedea Manfred Spitzer, *Demenţa digitală* (Bucureşti, 2020).

[77] Preot Constantin Băjău https://revistaortodoxa.ro/?p=1307 (accesat pe 22.12.2023).

Răspunsul ortodox la această dilemă este că este cât se poate de clar că evident trăirea duhovnicească este foarte importantă. Nu trebuie să fim tobă de carte pentru a ne putea apropia de Dumnezeu. Cel mai bine acest lucru Iisus ni l-a demonstrat prin faptul că şi-a ales apostoli oameni simpli, adică nişte pescari. Iisus ca Fiul lui Dumnezeu ar fi putut să îşi aleagă ca ucenici mari savanţi dintre cărturari de la Ierusalim. Nu a făcut-o pentru a ne demonstra că a fi tobă de carte nu înseamnă că te apropie de Dumnezeu.

Iată ce spunea în acest sens părintele Ştefan Şfarghie: „isihasmul, ca *disciplină ascetică,* a apărut în mediile monahale şi s-a născut ca *învățătură teologică* în secolele IV-V. Tradiţia Răsăritului, de-a lungul căreia se va dezvolta isihasmul, nu reprezintă un simplu sistem de cunoştinţe abstracte, ci ea este o axă care orientează viaţa creştină spre Dumnezeu. Aşadar, Tradiţia Răsăritului, care s-a fixat încă din epoca apostolică şi care s-a păstrat de-a lungul veacurilor până în zilele noastre (conform căreia aspiraţia creştinului este trăirea în şi pentru Dumnezeu), este axială în Ortodoxie. În cadrul isihasmului vorbim de o remarcabilă creaţie teologică, spirituală şi culturală, continuatoare a Tradiţiei celor şapte Sinoade Ecumenice, care vizează îndumnezeirea omului."[78]

Ei bine isihastul creştin ortodox se poate spune că a apărut în creştinismul ortodox pe fondul acestei dileme a raportului dintre informaţie şi trăire. În Evul Mediu mari scolastici cum a fost

- Toma Aquino,
- Varlaam din Calabria,
- Alchindin,
- Duns Scotus Eurigena,
- Bonaventura,
- Albert Magnus,
- sau William Ockham

au fost cu toţii susţinători ai ereziei că Dumnezeu poate să fie şi trebuie să fie cunoscut numai pe cale intelectuală. Cu alte cuvinte trăirea inimii nu mai conta.[79]

Iată ce spunea cu privire la acestea părintele Ştefan Şfarghie: „în Ortodoxie, isihasmul reprezintă o *cale spirituală* specifică tradiţiei orientale. Isihasmul este esenţial atât pentru viaţa spirituală a Bisericii, cât şi pentru doctrina acesteia. Părintele Andrei Scrima spunea că isihasmul nu este ceva abstract, ci poate fi înţeles doar dacă este privit ca un ansamblu de două elemente complementare şi indisolubile: termenul se referă deodată la o *cunoaștere teologică conceptuală*, care îl conduce pe om către *înțelegerea unei experiențe spirituale trăite*. Cu alte cuvinte, *isihasmul nu poate fi înțeles decât ca trăire spirituală, ca experiență spirituală reală de înaintare pe calea desăvârșirii încă din viața aceasta*.

Vorbind despre redescoperirea înţelesului adevărat al isihasmului, părintele Andrei Scrima preciza că aceasta nu se realizează doar printr-o cufundare în trecut, în vederea refacerii traseului istoric, spiritual şi doctrinar al isihasmului, ci apropierea de isihasm reprezintă o mergere spre centru, *tradiția isihastă fiind centrală în Ortodoxie*. Definindu-se şi formulându-se în istorie ca adevărată teologie, isihasmul a dat naştere unei controverse teologice, a cărei consecinţă a fost asocierea sau perceperea sa în mediul teologic occidental ca fiind o sectă incomprehensibilă şi cel puţin ciudată. Cu toate acestea, în renumitul secol al XVIII-lea, isihasmul a fost pentru Biserica Răsăritului un imbold, dar şi o şansă în păstrarea nealterată a doctrinei celei adevărate, într-o vreme în care aceasta era atacată de ideile Iluminismului şi ale Revoluţiei Franceze."[80]

Ei bine pentru omul ultra-informaţional din vremurile noastre ei bine se poate spune că există

- o ispită
- şi o tentaţie

intelectuală. Ea constă în a crede că de fapt tot ceea ce contează în cele din urmă este un raport:

- intelectual,
- mintal,
- informaţional
- şi cerebral

cu Dumnezeu.

---

[78]Preot Ştefan Şfarghie, Ziarul Lumina https://ziarullumina.ro/opinii/repere-si-idei/isihasmul-sansa-a-inaintarii-omului-pe-calea-desavarsirii-170091.html (accesat pe 22.12.2023).

[79] A se vedea Radu Teodorescu, *Trăire și studiu creștin ortodox în zilele noastre* (Cugir, 2013).

[80] Preot Ştefan Şfarghie, Ziarul Lumina https://ziarullumina.ro/opinii/repere-si-idei/isihasmul-sansa-a-inaintarii-omului-pe-calea-desavarsirii-170091.html (accesat pe 22.12.2023).

O asemenea concepţie evident că ajunge să creeze o schismă între conştiinţa omului şi morala creştin ortodoxă. Aceasta fiindcă după cum am spus trebuie să ne dăm seama că la Dumnezeu nu se ajunge numai pe cale mentală.

Este adevărat că şi mintea este importantă în
- raportul
- şi relaţia

cu Dumnezeu.

Totuşi nu trebuie să credem că este destul şi suficient să avem numai o relaţie intelectuală cu Dumnezeu pentru a ajunge să ne mântuim.[81]

„Să luăm aminte că într-o lume marcată de principiile autonomiei persoanei, în care obiectivitatea ştiinţei era absolutizată, într-o lume independentă de Dumnezeu şi aflată în plin proces de modernizare, Ortodoxia venea cu un mesaj îndrăzneţ, isihasmul cu rugăciunea inimii, nu pentru a se opune Modernităţii, nu pentru a impune ceva, ci pentru a propune o cale spirituală care, urmată cu responsabilitate, îi permitea omului să rămână fidel Tradiţiei axiale patristice şi într-o cunoaştere în continuitate cu duhul Tradiţiei patristice, oferindu-i, totodată, şansa înaintării pe calea desăvârşirii şi apoi a îndumnezeirii."[82]

Ei bine pe acest fond scolastic al Evului Mediu va apare isihasmul creştin ortodox care va susţine că inima este la fel de importantă în
- legătura
- şi unirea

cu Dumnezeu.

Cum ajunge să trăiască inima legătura cu Dumnezeu? Face acest lucru prin trăire. Mintea nu este capabilă de trăire. Ea este mai mult capabilă de
- raţionamente,
- logică,
- gândire
- şi ordine.

Inima în schimb are
- trăiri,
- sentimente,
- percepţie
- şi emoţii.

Nu trebuie să credem că Dumnezeu este o simplă emoţie pentru noi.[83] Pentru inimă este bine să ştim că Dumnezeu este o experienţă
- ontologică
- şi existenţială.

Părintele Nicuşor Deciu spunea în acest sens: „spre deosebire de curentele filosofice ce ajung la modă pentru o vreme și apoi devin istorie moartă sau de descoperirile științelor care își pierd temeinicia odată ce apar altele noi care le infirmă pe cele vechi, învățăturile Bisericii își păstrează totdeauna actualitatea și valabilitatea, mai mult, chiar și în afara domeniului teologic.

Iată, spre pildă, e consemnat faptul că, în cadrul celebrei dispute isihaste din secolul al XIV-lea, Varlaam din Calabria susținea, în mod greșit, că cel ce se roagă trebuie neapărat să-și scoată mintea în afara trupului. În replică la această idee cu un vădit substrat platonician, Sfântul Grigorie Palama, și prin el întreaga tradiție ascetică a Ortodoxiei, afirma că cel ce se îndeletnicește cu rugăciunea trebuie să se nevoiască să-și închidă mintea în trup, mai exact în inimă. Dimpotrivă, e un lucru extrem de primejdios ca mintea să fie lăsată și, mai mult decât atât, să fie silită să iasă în afara trupului: „A scoate mintea afară, nu din cugetul trupesc, ci din trup, ca în afară să se întâlnească cu vederile spirituale, este cea mai mare dintre rătăcirile eline, rădăcina și izvorul oricărei erezii; e invenția și inspirația demonilor, cauza demenței și rodul smintelii"."[84]

---

[81] A se vedea Radu Teodorescu, *Modelul intelectualului în ortodoxia modernă de tip românesc* (Alba Iulia, 2002).

[82] Preot Ştefan Şfarghie, Ziarul Lumina https://ziarullumina.ro/opinii/repere-si-idei/isihasmul-sansa-a-inaintarii-omului-pe-calea-desavarsirii-170091.html (accesat pe 22.12.2023).

[83] A se vedea Emanoil Băbuş, *Icoane şi emoticoane* (Bucureşti, 2022).

[84] Nicuşor Deciu, Ziarul Lumina https://ziarullumina.ro/opinii/repere-si-idei/actualitatea-isihasmului-151998.html (accesat pe 22.12.2023).

În acest sens trebuie să ştim că isihasmul este unul care accentuează că mintea trebuie să se coboare în inimă. „În scrierile patristice se discută mult despre **coborârea minții în inimă** şi despre **întoarcerea energiilor spre esență**. Iată un binecunoscut fragment dintr-o scrisoare a Sfântului Vasile Cel Mare către prietenul său, Sfântul Grigorie de Nazianz: „*Căci dacă mintea nu se ocupă de treburi din afară, și nici nu se împrăștie prin simțuri în toată lumea, se retrage în sine însăși. Atunci ea se înalță în mod spontan la contemplarea lui Dumnezeu. Luminată de acea splendoare dumnezeiască, ea uită de propria ei fire. Apoi, nemaitrăgând sufletul în jos, înspre grija de cele ale gurii sau de cele ale îmbrăcăminții, își va îndrepta întreaga râvnă către dobândirea bunătăților celor veșnice*". (...)

Coborârea minții în inimă – adică întoarcerea energiei spre esență – constituie vindecarea minții; această întoarcere presupune mai întâi aflarea inimii trupeşti, şi numai după aceea a celei metafizice sau duhovniceşti. Nevoitorul „*coboară în adâncurile inimii sale, la început în inima trupească, și de acolo în acele profunzimi care nu mai sunt ale trupului. Își găsește* ***adâncul inimii****, atinge miezul metafizic, duhovnicesc, al ființei sale pe care, scrutându-l, vede că existența omenirii nu este ceva exterior sau străin ființei sale, ci e întru totul împletit cu propria sa ființă" (Arhimandritul Sofronie de la Essex)*."[85]

Doi turişti aflaţi la Roma discutau.

- Frumoasă Roma.
- Aşa este.
- Când te gândeşti că la un moment dat Roma era cel mai important oraş al lumii.
- Pe bună dreptate.
- Da?
- Da.
- De ce?
- Nu ştii?
- Nu.
- Roma ca capitală a imperiului a fost unul dintre cele mai luxoase oraşe ale lumii antice?
- Nu ştiam.
- Ştii acum.
- Şi ce consta acest lux?
- Îţi voi spune.
- De unde?
- Am scris aici.
- Te ascult.
- Roma antică avea 2000 de palate şi 800 de băi.
- Aşa de multe palate?
- Da.
- Continuă.
- La Roma erau 420 de temple.
- Nu ştiam.
- În aceste temple se jertfea la 5000 de zei.
- Romanii aveau 5000 de zei?
- Da.
- Cam mult.
- Erau politeişti.
- Aşa este.
- Vezi?
- Continuă?
- La Roma erau 5 pieţe mari.
- Frumos.
- Acestea se puteau umple cu apă.
- Pentru ce?
- Pentru întreceri navale.
- În Roma existau 36 de arcuri de triumf.
- Multe victorii?
- Da.

[85]https://doxologia.ro/coborarea-mintii-inima (accesat pe 04.05.2024).

- Erau nenumărate statui şi obeliscuri.
- La romani le plăceau statuile?
- Da.
- Se spune că existau 94 de statui din fildeş.
- Fildeşul este foarte scump.
- Aşa este.
- Şi ce mai era pe la Roma?
- 24 de statui din cai de aur.
- Aur?
- Da.
- Frumos.
- Romanii aveau nişte teatre colosale.
- Cât de colosale?
- Într-un teatru puteau privii până la 100000 de privitori.
- Mult.
- Aşa este.
- Şi ce luxuri mai erau la Roma.
- Casa de aur a lui Nero.
- Nu am auzit de ea.
- Erau 29 de căi de piatră masivă care duceau în provincie.
- Frumos.
- Şi tot la Roma erau nenumărate monumente ridicate pe mormintele oamenilor virtuții.
- Toate acestea îmi fac impresia că Roma era un oraş foarte bogat.
- Luxos.
- Aşa este.
- Şi cred că era multă larmă şi zarvă la Roma.
- Este tipic marilor orașe.
- Aşa este.
- Totuşi este bine să ştim că luxul extrem nu este bun.
- De ce?
- Nu este ascetic.
- Adică?
- Te îndreaptă spre material şi spre voluptuos.
- Aşa este.
- Deci trebuie să fi foarte atent.
- Este luxul compatibil cu isihasmul ortodox?
- Nu.
- De ce?
- Fiindcă nu poţi să trăieşti într-un lux excesiv şi să fi şi isihast.
- De ce?
- Fiindcă după cum am spus isihasmul este ascetic.
- Eu credeam că se rezumă numai la linişte.
- Liniştea este importantă în isihasm dar nu este singura care contează.
- Oare?
- Da.
- Nu ştiam acest lucru.
- Ar fi bine să fi adus la zi.
- Mă bucur că o faci.
- Şi acum ştii ce?
- Ce?
- Ce ar fi să ne bucurăm de frumuseţile Romei?
- Bine spui.
- Păi cum să nu.[86]

[86]A se vedea Grigorie Comşa, *1000 de pilde pentru viaţa creştină* (Arad, 1929).

Luxul este ceva la care foarte mulți oameni râvnesc. Pentru unii el este un mod de a fi și chiar sensul vieții. Ei bine concepția isihastă de viață ne spune că luxul trebuie să fie unul în termenii bunului simț. Teologul Nicușor Deciu spunea în acest sens: „după cum se poate observa, învățăturile născute din experiența isihastă ating deodată mai multe planuri ale vieții duhovnicești. Acestea nu se limitează doar la reglementarea lucrării exacte a rugăciunii în cadrul autenticei tradiții ortodoxe, delimitând-o de anumite practici primejdioase, generatoare de înșelare și erezii, ci ne pot da un suport nebănuit în înțelegerea modului de manifestare a facultății raționale a omului din orice epocă, prin oferirea unor profunde analize ale relației dintre trup, minte și lumea spirituală, pe care le notează, în detaliu, scrierile ascetice ortodoxe.

În acest sens, în contextul în care se constată că una dintre caracteristicile dominante ale culturii moderne o reprezintă tocmai răspândirea și nestatornicia minții, precum și creditarea, fără rezerve, a impresiilor ce provin de la simțuri și care produc exaltări dintre cele mai toxice, învățătura isihastă despre adunarea minții din răspândirea exterioară înlăuntrul trupului ar putea să dea un răspuns extrem de original problemelor de sănătate mentală care, potrivit statisticilor din Occident, vor ajunge în anul în curs să depășească incidența bolilor cardiovasculare; și aceasta cu costuri infime! Iar acest lucru se poate realiza pornind de la stoparea tendinței de mișcare a minții spre exterior: „Voind deci să examinăm și să îndreptăm puterea noastră rațională cu cea mai scrupuloasă vigilență, prin ce-am putea-o examina dacă nu ne-am aduna mintea revărsată prin simțuri afară și n-am mâna-o spre cele dinlăuntru și spre inima însăși, cămara cugetărilor!”[87]

Informaţia trebuie să ştim că nu are în sine viaţă. Aceasta fiindcă ea se măsoară mai noi în gigabiţi. Pentru cei care sunt superficiali în viaţa duhovnicească ei bine relaţia lor cu Dumnezeu înseamnă numai informaţie şi nimic mai mult. Se poate vedea cât de superficială este o astfel de concepţie. Aceasta fiindcă dacă credem că relaţia noastră cu Dumnezeu

- se măsoară
- şi se rezumă

numai la câte informaţii ştim despre El ei bine este evident că ne aflăm pe o cale eronată.

După cum am spus mai sus isihasmul palamit a apărut în secolul al XIV-lea tocmai pe acest fond al unor concepţii care susţineau că nu este nevoie de

- trăire,
- viaţă
- şi experienţă

în raport cu Dumnezeu. Tot ceea ce este nevoie este informaţie. Aceasta fiindcă legătura cu Dumnezeu este una pur cerebrală deci intelectuală şi nimic mai mult.[88]

Dacă Iisus ar fi numai informaţie ei bine nici un martir creştin ortodox nu ar fi fost dispus – şi nu va mai fi dispus să moară pentru El. iată ce spunea în acest sens Sfântul Nicolae Velimirivici: „Mucenicii pentru numele Lui şi pentru Evanghelie se grăbeau către moarte ca şi către un praznic. Eu nu vorbesc despre câteva sute sau câteva mii ale căror nume sunt scrise în calendar, ci despre nenumărate milioane de creştini din întreaga lume, de-a lungul a două mii de ani, ale căror nume sunt cunoscute şi scrise în Ceruri; despre oastea lui Hristos, împotriva căreia este cu neputinţă a lupta şi în faţa căreia toate oştile cele potrivnice sunt precum *trestia în faţa vântului* (Psalmi 82, 12); despre po-poarele cele mântuite în Ceruri, al căror număr se apropie deja de numărul nisipului din mare şi al stelelor de pe cer, precum a fost făgăduit lui Avraam. (…) Vechea credinţă ortodoxă în Învierea lui Hristos cel răstignit şi în cei răstigniţi îndeobşte pentru dreptate a fost deseori întărită şi înnoită de legiunile noilor şi noilor mucenici pentru Hristos ”.[89]

Sfinţii mucenici creştin ortodocşi se pare că nu L-ai considerat pe Iisus a fi o simplă informaţie. Aceasta fiindcă nimeni nu ar fi dispus să îşi dea viaţa pentru o informaţie care nu valorează nimic.

Isihasmul este cel care ajunge să unească informaţia despre Dumnezeu cu trăirea Lui. Aceasta fiindcă ambele sunt la fel de

- importante
- şi semnificative.

---

[87]Nicuşor Deciu, Ziarul Lumina https://ziarullumina.ro/opinii/repere-si-idei/actualitatea-isihasmului-151998.html (accesat pe 22.12.2023).

[88] A se vedea Sfântul Grigorie Palama, *Viața și învățătura Sfântului Grigorie Palama* (Bucureşti, 1993).

[89] Sfântul Nicolae Velimirovici, *Cugetări şi predici la Învierea Domnului*, Editura Predania, Bucureşti, 2020, pp. 96-98 (n.ed.) apud *Marian Răducă: isihastul din mijlocul cetății* (Bucureşti, 2021) p. 6.

Despre viaţa isihastă creştin ortodoxă părintele Ioan Rămureanu ne spunea: „metoda sau practica isihastă se realiza astfel: călugării dedaţi acesteia se retrăgeau în locuri singuratice și – prin concentrarea gândului la rugăciune – se ridicau la un înalt nivel de percepere a realităţii, mai presus de impresiile simţurilor şi de tot ceea ce îi înconjura, ajungând să vadă prin contemplaţie lumina dumnezeiască necreată, pe care Sfinţii Apostoli Petru, Iacob și Ioan au văzut-o pe Muntele Taborului, la Schimbarea la Faţă (Matei 17, 1-8; Marcu 9, 2-9; Luca 9, 28-36), realizând astfel o mai mare apropiere de Dumnezeu. Aceasta lumină strălucitoare nu este fizică, ci dumnezeiască.

Isihaştii rosteau continuu această scurtă rugăciune, numită Rugăciunea inimii sau Rugăciunea lui Iisus: „Doamne, Iisuse Hristoase, Fiul lui Dumnezeu, miluieşte-mă pe mine păcătosul" (sau sub alte forme, întotdeauna scurte, asemănătoare: „Doamne, Iisuse Hristoase, miluieşte-mă")."[90]

Este clar că isihasmul este unul care este menit să combată concepţie că relaţia cu Dumnezeu este simplă

- informaţie,
- cugetare,
- gândire
- şi intelect.

Este vorba de o relaţie care conţine toate aceste lucruri dar este şi mult mai mult. Dacă nu apucăm pe calea isihastă creştin ortodoxă vom ajunge la scolastică. „**Scolastică** este o noțiune derivată din latină, *schola* însemnând şcoală, care desemnează acea tendință din filosofie și teologie care, începând din perioada târzie a Evului Mediu, a încercat să explice și să facă înțelese fenomenele supranaturale ale revelației creștine cu ajutorul rațiunii umane și, mai ales, al filosofiei lui Aristotel. Acest curent care, de la mijlocul secolului al XI-lea până în secolul al XV-lea, a fost un element dominant în instituțiile de învățământ religios și în universitățile Europei, avea ca scop principal alcătuirea unui sistem logic, în care să se reunească filosofia greacă și romană cu învățătura creștină. La început erau denumiți *scolastici* toți învățații din școlile monahale medievale, dar mai târziu termenul s-a limitat la profesorii de filosofie și teologie din universitățile epocii respective."[91]

S-a putut vedea că în scolastică filosofia lui Aristotel a devenit mult mai importantă decât teologia sfinţilor părinţi creştin ortodocşi. Una dintre marile erori ale scolasticii a fost că ea susţinea că de fapt cunoaşterea filosofică a lui Dumnezeu este superioară experienţei teologice a lui Dumnezeu. În acest sens filosofia era pentru scolastici mai presus de teologia creştin ortodoxă. „Interesul principal al scolasticilor nu consta în descoperirea și cercetarea unor fenomene noi, ci doar să explice cunoștințele deja dobândite în antichitate în lumina dogmelor creștine. În aceasta constă diferența esențială între Scolastică și modul modern de gândire din Renaștere. Întrucât în reprezentarea învățaților scolastici Dumnezeu este izvorul adevărului și al oricărei forme de cunoaștere, el nu se poate exprima în moduri diferite și contradictorii. Orice contradicție între rațiune și revelația divină rezultă fie dintr-o folosire falsă a rațiunii, fie dintr-o interpretare greșită a învățăturii creștine. În cazul imposibilității unei trăsături comune, se dă totdeauna prioritate credinței, opinia teologilor fiind determinantă față de cea a filosofilor. Poziția scolasticilor era în contrast evident cu teoria adevărului dublu a filosofului și medicului arab Averroes (1126-1198) din Spania, din aceeași perioadă istorică. Averroes considera că adevărul poate fi descoperit fie pe calea filosofiei, fie prin mijlocirea teologiei islamice, doar că prin filosofie se atinge un nivel superior de cunoaștere și, în caz extrem, poate contrazice învățătura islamului."[92]

Scolastica a devenit una dintre noile lucruri care a ajuns să separeu şi să facă imposibilă unirea dintre ortodocşi și catolici. Aceasta fiindcă în scolastică ştim mai multe lucruri

- teoretice,
- formale,
- intelectuale
- și mentale

despre Dumnezeu și cam la atât se rezumă relația noastră cu El.

Este clar că orientul ortodox a reacţionat la aceste dogme false catolice care au început să apară mai ales în Evul Mediu.

Scolasticul nu va putea înțelege niciodată accentul ortodox pe isihie și pe trăirea

- mistică
- și pnevmatică

[90] Preot Ioan Rămureanu https://caleacrucii.wordpress.com/spiritualitate-ortodoxa/isihasm/isihasmul/ (accesat pe 22.12.2023).
[91] https://ro.wikipedia.org/wiki/Scolastic%C4%83 (accesat pe 08.05.2024).
[92] Idem.

a lui Dumnezeu.

„În perioada de dezvoltare amplă a scolasticii, filosoful și teologul italian Toma din Aquino realizează în scrierile sale un echilibru între rațiune și credință. Învățatul scoțian John Duns Scotus restrânge tot mai mult domeniul adevărului bazat pe rațiune și susține că numeroase cunoștințe considerate rodul gândirii filosofice, în realitate se bazează exclusiv pe credință. Scolasticii acordau un deosebit respect așa-ziselor autorități filosofice și teologice, în special filosofilor antichității greco-romane și părinților bisericii, și se fereau să adauge ceva nou la vechile învățături. Acest fapt le-a atras mai târziu critica celor care i-au considerat comentatori lipsiți de originalitate ai textelor vechi. Aristotel era socotit drept o autoritate de necontestat, fiind numit *Filosoful*. Scrierile Sfântului Augustin se bucurau de aceeași prețuire nelimitată în domeniul teologiei, fiind depășite doar de Sfintele Scripturi și de textele oficiale ale conciliilor bisericești."[93]

Scolastica a încercat să pună bazele unei mistici

- speculative,
- intelectuale
- şi mentale

a relației cu Dumnezeu.

O astfel de mistică ne putem da seama că este de fapt un minim de relație cu Dumnezeu. Acesta fiindcă mai nimeni nu ar fi mulțumit să aibă o relație strict informațională cu Dumnezeu în care principiile filosofice să primeze față de cele

- teologice
- şi mistice.

„Metoda preferată a scolasticilor consta în operarea cu vocabularul logic și filosofic al lui Aristotel, atât în predarea învățăturilor, cât și în argumentare și dialog. Discuțiile pe teme teologice se bazau pe Biblie și pe *Sententiarum Libri Quator* ale lui Petrus Lombardus, care reuneau cugetările și concepțiile vechilor părinți ai bisericii. Cu timpul s-au dezvoltat treptat în practică și lecturile critice, precum și capacitatea unei gândiri libere de constrângeri dogmatice. În centrul discuțiilor se găsea dialogul public. Fiecare profesor al unei universități medievale era obligat să susțină de mai multe ori pe an o discuție pe o anumită temă în fața întregului corp profesoral și a studenților și să răspundă întrebărilor critice privind învățăturile predate. În secolul al XIII-lea aceste dispute au devenit mai flexibile, pentru ca un secol mai târziu să devină un pur exercițiu de retorică, interesând mai puțin conținutul temelor și tot mai mult subtilitățile și nuanțele formale. Acest fapt a adus scolasticii în timpul Renașterii și mai târziu renumele negativ al unei pedanterii formalistice lipsită de conținut."[94]

Isihasmul prin urmare se poate spune că a fost o

- reacţie,
- răspuns
- şi acţiune

pentru a ajunge la un echilibru dintre minte şi inimă în relaţia lor cu Dumnezeu. După cum am spus pentru scolasticul medieval tot ceea ce conta era să aibă o relaţia strict

- mentală
- şi informaţională

cu Dumnezeu şi nimic mai mult. „Atât Sfântul Grigorie cât şi ceilalţi isihaşti învăţau că există deosebire între fiinţa lui Dumnezeu – nevăzută şi inaccesibilă oamenilor – şi puterile sau energiile Sale necreate, care emană în mod personal din fiinţa divină, prin care Dumnezeu Se descoperă oamenilor. Această învăţătură este deosebit de importantă, întrucât fără legătura dintre Dumnezeu şi om prin energiile necreate, „Dumnezeu ar rămâne faţă de oameni într-o splendidă izolare".

El învăţa că nu este imposibil de a vedea lumina Dumnezeirii, necreată şi incoruptibilă, identică cu lumina Taborului, ea fiind numai o lucrare, energie şi putere a lui Dumnezeu, care emană din fiinţa Sa nevăzută, fără să fie identică cu ea. Este deci o deosebire între fiinţa lui Dumnezeu cea nevăzută şi inaccesibilă oamenilor – căci „pe Dumnezeu nimeni nu L-a văzut vreodată" (In. 1, 18; I In. 4,12) – şi puterile sau energiile Sale necreate, care emană din ea, prin care Dumnezeu Se descoperă oamenilor, asupra cărora revarsă harul Său, puterea Sa, spre a dobândi mântuirea şi îndumnezeirea până la „măsura vârstei deplinătăţii lui Hristos" (Efeseni 4, 13)."[95]

[93] Idem.
[94] https://ro.wikipedia.org/wiki/Scolastic%C4%83 (accesat pe 08.05.2024).
[95] Preot Ioan Rămureanu https://caleacrucii.wordpress.com/spiritualitate-ortodoxa/isihasm/isihasmul/ (accesat pe 22.12.2023).

Isihasmul prin urmare este mistic şi dogmatic dar nu este numai un lucru care se rezumă numai la informaţie şi intelect fiindcă el este o doctrină mult mai profundă şi mai amplă. Se poate vedea în orice caz superioritatea isihasmului creştin ortodox asupra scolasticii catolice. Părintele Ioan Rămureanu spunea: „aceste energii sau lucrări sunt comune celor trei Persoane ale Sfintei Treimi şi, prin lucrarea lor, Dumnezeu se manifestă în lume. Această doctrină nu este ceva nou, căci ea îşi are izvorul în revelaţia Noului Testament şi în învăţătura Sfinţilor Părinţi greci. Prin energiile necreate ale lui Dumnezeu, oamenii ajung, cum ne spune Sf. Apostol Petru, „părtaşii firii celei dumnezeieşti" (II Petru 1, 4), fără ca prin aceasta fiinţa noastră omenească să devină fiinţa lui Dumnezeu, adică fără să devenim coesenţiali cu Dumnezeu, Care rămâne în veşnicie ascuns în esenţa Sa, cunoscută numai de Fiul şi de Duhul Sfânt. „Fiul lui Dumnezeu S-a făcut om, pentru ca noi să fim îndumnezeiţi" (Sf. Atanasie cel Mare († 373), *Cuvânt despre întruparea Logosului*, Migne, P.G., XXV, 192 B).

În Apus, Toma d'Aquino († 1274) învăţa că între Fiinţa lui Dumnezeu şi energiile Sale divine, care, după el şi teologii latini, sunt create, nu există deosebire reală, ceea ce face imposibilă îndumnezeirea omului, deoarece Dumnezeu rămâne faţă de oameni într-o „splendidă izolare"."[96]

Doi creştini ortodocşi din Egipt discutau.

- Ştii ce mă gândesc?
- Ce?
- Ne ajută pe noi egiptenii creştinismul ortodox?
- Ce întrebare este aceasta?
- Adică?
- Sigur că ne ajută.
- Egiptul este una dintre cele mai sărace ţări din lume.
- Crezi?
- Da.
- Eu nu.
- De ce?
- Îți voi da un exemplu.
- Ce exemplu?
- Este din antichitatea egipteană.
- Te ascult.
- În vechime regină a Egiptului a fost Cleopatra.
- Știu.
- Știi ce a făcut ea la un moment dat?
- Nu.
- Ea a avut o aventură cu împăratul roman Antoniu.
- Știu şi asta.
- Ei bine la un moment dat Cleopatra a dat un ospăț în cinstea lui Antoniu.
- Pare logic.
- Și ce a făcut acolo?
- Ce?
- A scos o perlă de mare preț.
- Cât valora?
- 300000 de taleri.
- Mult.
- Cleopatra a aruncat perla în oțet de vin.
- Pe care l-a băut?
- Da.
- În cinstea lui Antoniu?
- Da.
- Mă gândeam eu.
- Păi da.
- Și vrei să spui că în vechime Egiptul nu era sărac?
- Dacă Cleopatra îşi permitea să bea perle scumpe tu ce părere ai?
- Că nu era sărac.

[96] Preot Ioan Rămureanu https://caleacrucii.wordpress.com/spiritualitate-ortodoxa/isihasm/isihasmul/ (accesat pe 22.12.2023).

- Evident.
- Dar cum se face că azi Egiptul este sărac.
- Este vina administrației islamice.
- Aşa este.
- Vezi?
- Şi când te gândeşti că Egiptul a fost pământ creştin ortodox.
- Lumea se mai schimbă.
- Se poate schimba în rău.
- Asta aşa este.
- Mă bucur că sunt de acord.
- Şi ce putem să facem noi în sărăcia asta din Egipt.
- Ar fi ceva care să facem.
- Ce?
- Să îl căutăm mai mult pe Dumnezeu.
- Mai ai chef de Dumnezeu când eşti sărac?
- Da.
- Cum?
- Iisus a fost sărac.
- Aşa este.
- Sărăcia nu este un impediment de a ajunge la Dumnezeu.
- Crezi?
- Da.
- De ce?
- Din contră, sărăcia ne poate duce mai repede la Dumnezeu.
- Cum?
- Când eşti bogat tinzi să uiți de Dumnezeu.
- De ce?
- Fiindcă crezi nu mai ai nevoie de el.
- Oare?
- Da.
- De unde ştii?
- Din experiența Bisericii Ortodoxe.
- Înțeleg.
- Este suficient asta pentru tine?
- Da.
- Mă bucur.
- Mi-ai deschis ochi să văd lucruri pe care nu le vedeam.
- Eşti pe cale de a devenii un isihast.
- Adică un om al liniştii?
- Da.
- Mă flatezi.
- În nici un caz.
- De ce?
- Fiindcă avem nevoie de câți mai mulți isihaşti.
- De ce?
- Fiindcă isihasmul este tradiția frumoasă.
- Care ajunge la sfințenie?
- Da.
- Mă gândeam eu.
- Este o onoare să fi isihast.
- Pentru sfinții care au fost isihaşti?
- Da.
- Cred că ai dreptate. [97]

[97]Din Grigorie Comşa, *1000 de pilde pentru viața creştină* (Arad, 1929).

Ceea ce mai mulți nu pot să înțeleagă la sfinții isihaști este că ei pun mai mult preț pe legătura cu Dumnezeu decât bogățiile lumii. Isihasmul trebuie să fie actualizat pentru noile generații de creștin ortodocși. Georgeta Ionela Voicilă spunea în acest sens: „învăţătura isihastă are în centru ideea că harul lui Dumnezeu este necreat; prin urmare, omul care îl primeşte nu se uneşte cu o creaţie a lui Dumnezeu, ci cu El însuşi, prin energiile Sale divine. Îndrăznim să spunem că această doctrină poate fi un argument pentru cinstirea sfinţilor, deoarece, cinstindu-i pe aceştia, care au dobândit harul lui Dumnezeu, Îl cinstim indirect pe Cel care le-a dăruit harul. Cinstirea sfinţilor nu se face ca urmare a unor merite personale ale acestora – deşi faptele lor ne sunt exemple de urmat – deoarece, deşi este nevoie de asceză pentru ca un om să se pregătească pentru primirea harului, doar Dumnezeu este cel care Îl oferă, nu pentru meritele omului, ci datorită iubirii Sale pentru om. Astfel, îndumnezeirea este darul lui Dumnezeu, şi nu un produs al oamenilor, dar la ea nu se poate ajunge fără asceză, adică fără efort duhovnicesc."[98]

CAPITOLUL 5

RUGĂCIUNEA ȘI ASCEZA CA METODE DE FORMARE DUHOVNICEASCĂ A ISIHASTULUI

Un isihast care nu se roagă nu poate să fie isihast. Aceasta fiindcă trebuie să ne dăm seama că rugăciunea este una care îl face pe isihast. Este adevărat că şi scolasticii se roagă însă se poate vedea o mare diferență dintre aceste două rugăciuni. Rugăciunea isihastului este una

- existențială,
- mistică,
- profundă
- și deplină.

Rugăciunea scolastică este mai mult o rugăciune a intelectului care este impregnat de filosofie aristotelică până la refuz. Despre caracterul ascetic al vieții isihaste Georgeta Ionela Voicilă spunea: „în spiritualitatea ortodoxă, asceza urmăreşte o integrare a simţurilor într-o ordine duhovnicească, o pregătire a omului nu pentru a merita harul, ci pentru a-l primi ca dar. Astfel, isihastul *iese* din sine şi devine al lui Dumnezeu, fără a-şi anula firea sa umană. Referitor la firea umană în viziunea părinţilor filocalici, aceasta are structură dihotomică (suflet şi trup), iar sufletul are trei funcţii principale, legate cele trei afecte sau componente ale *chipului* (raţiune, voinţă, afectivitate): funcţia raţională sau inteligenţa, legată de raţiune, funcţia irascibilă sau înflăcărarea, legată de voinţă şi funcţia poftitoare sau dorinţa, legată de afectivitate. Astfel, voinţa, prin înflăcărare, antrenează mintea (raţiunea) şi inima (afectivitatea) – ultimele două fiind nedespărţite în ceea ce priveşte cunoaşterea lui Dumnezeu – să primească *lumina* cunoaşterii supranaturale a lui Dumnezeu, acest lucru reprezentând contemplarea luminii necreate, adică primirea harului dumnezeiesc, ceea ce conduce spre *asemănarea* cu Dumnezeu şi spre unirea cu El (îndumnezeire nu după fiinţă, ci după har)."[99]

Rugăciunea isihastă după cum am spus este o rugăciune existenţială fiindcă nu se bazează numai pe o relație intelectuală și informațională cu Dumnezeu ci ne faptul că omul se vede pe sine

- mic,
- neputincios
- şi slab

în faţa puterilor demonice.

Rugăciunea isihastă este una care trebuie să fie făcută în linişte fiindcă numai în isihatul ajunge să se retragă în sine și să își dea seama de prezența lui Dumnezeu.[100] Prin isihie se ajunge la o liniştire a tuturor funcţiilor sufletului şi în acest mod în cele din urmă isihastul poate să simtă prezenţa lui Dumnezeu.

Experienţa isihastă ne spune că în nici un fel când sufletul este

- tulburat,
- neliniştit,
- perturbat,
- problematizat
- şi demoralizat

---

98 Georgeta Ionela Voicilă https://poruncaiubirii.agaton.ro/articol/4501/zlib/zlib/messages (accesat pe 22.12.2023).
99 Idem.
100 A se vedea *Isihasm și viață monahală la schitul mare* (Sibiu, 2004).

el nu poate să ajungă la o simțire a prezenței lui Dumnezeu.

„Sfântul Simeon Noul Teolog arată că natura prezenţei dumnezeieşti prin lumină, chiar dacă îşi are izvorul în Dumnezeu, „nu este însăşi fiinţa Lui. Pe de altă parte, ea este izvorul cunoaşterii suprafireşti, căci este o lumină a cunoştinţei (...), ce dăruieşte minţii vederea celor nevăzute. Cine experiază lumina, are o minte luminată, iar o minte luminată înseamnă o conştiinţă dezvoltată. Ea nu este o lumină care se înţelege, dar sub razele ei înţelegi totul. (...). Întunerecul sau besna spirituală înseamnă moartea sufletului", iar unirea omului cu Dumnezeu prin har este lumina vieţii veşnice. Aşadar, *lumina* harului lui Dumnezeu este de neînţeles, dar îl face pe cel ce o primeşte, să înţeleagă totul. Acest lucru arată încă o dată natura necreată a acestui har, deoarece orice ţine de Dumnezeu, este de neînţeles cu mintea pentru creaţia Lui, însă orice lucru creat de El poate fi înţeles, în lumina Lui necreată."[101]

Isihastul prin urmare poate aduce în sufletul lui o lumină spirituală necreată care îl eliberează de patimi și păcate. Mai mulți isihaşti au mărturisit că de fapt lumina spirituală necreată nu este nimic altceva decât lumina taborică văzută de sfinți apostoli la schimbarea la față a Domnului.

Totuşi această lumină taborică nu poate să fie văzută dacă isihastul nu se roagă şi nu duce o viață ascetică. „Despre această *lumină și slavă* vorbesc profeții (*Isaia 2,* 5; *6*, 3; *Avacum 3*, 3; *Iezechiel 38*, 23), care văd *Cuvântul – Logosul* asemenea întru toate cu Tatăl: „Lumină din Lumină, Dumnezeu adevărat din Dumnezeu adevărat"; aduc mărturie apostolii că „slava Domnului a strălucit împrejurul lor" (*Luca 2*, 9; *Matei 16*, 27; *25*, 31; *Marcu 8*, 38), întrucât Logosul întrupat este „strălucirea slavei și chipul ființei lui Dumnezeu" (*Evrei 1*, 3), și în Hristos „locuiește, trupește, toată plinătatea Dumnezeirii" (*Coloseni 2*, 9); *slavă pe care Apostolii au văzut-o* (*Ioan 1*, 14) ca „bogăție a slavei" (*Romani 9*, 23), pe care o putem și noi „vedea cu ochii noștri" (*2 Petru 1*, 16), pentru a ne face „părtaş dumnezeieştii firi" (*2 Petru 1*, 4), prin umanitatea îndumnezeită a lui Iisus Hristos, care *va veni împreună cu Tatăl să facă locaș în inima celui ce-l iubește și păzește cuvântul Lui* (*Ioan 14*, 10, 20, 23)."[102]

Lumina spirituală necreată pe care isihastul ajunge să o experimenteze trebuie să ştim că nu poate să fie trăită dacă nu se rugăm. Rugăciunea prin urmare aduce în sufletul isihastului această lumină necreată care schimbă sufletul în cele care este asemenea lui Dumnezeu. „Referitor la această lumină „necreată şi incoruptibilă", Sfântul Grigorie Palama ne spune că ea poate fi *văzută*, adică experiată, aşa cum Apostolii Petru, Ioan şi Iacob au văzut-o pe Tabor „ea fiind numai o lucrare, energie şi putere a lui Dumnezeu, care emană din fiinţa Sa nevăzută, fără să fie identică cu ea." Astfel, „miezul doctrinei isihaste care s-a impus în Ortodoxie constă în faptul că fiinţa lui Dumnezeu, inaccesibilă omului, şi energiile Sale divine *nu sunt separate, deşi se deosebesc, ci formează o unitate,* dar până la om ajung energiile sau puterile divine, nu fiinţa Dumnezeirii, căci Dumnezeu în fiinţa Sa rămâne inaccesibil oamenilor."[103]

Evident că pentru omul de azi a vorbii de o împărtășire de lumina necreată a lui Dumnezeu este un lucru cât se poate de

- ciudat,
- greu de crezut
- şi superstițios.

Ceea ce ne spune isihasmul creştin ortodox este că nu există numai lumina fizică de care se bucură ochii noştii şi care ştim că este alcătuită din fotoni ci la fel de bine mai există şi lumina spirituală care iasă din fiinţa lui Dumnezeu. Isihasmul creştin ortodox susține că această lumină este

- comunicabilă,
- ne putem împărtăşii de ea
- şi putem să o experimentăm.

„În Sf. Scriptură găsim cuvintele *lumină* de 220 de ori iar cuvântul *slavă* de 300 de ori, realități empirice, ce izvorăsc din Ființa lui Dumnezeu. Toate descriu lucrarea, pronia, prezența sau direcția spre Dumnezeu: „Voi, cei din casa lui Iacov, veniți să umblăm în lumina Domnului!" (*Isaia 2*, 5); „Poporul a văzut lumină mare" – Hristos – (*Isaia 9*, 1); „Lumina lui Israel va fi foc" (*Isaia 10,* 17); „luna va străluci ca soarele, iar soarele va străluci de șapte ori mai mult" (descrie abundența de lumină dumnezeiască *Isaia 30*, 26); „Robul Domnului este lumina neamurilor" (*Isaia 42,* 6-7); „lumina ta va răsări în întuneric și bezna ta va fi ca miezul zilei" (*Isaia 58,* 10); *lumina izvorâtă din Ființa lui Dumnezeu, deși nu le este proprie, devine lumină a lor:* „atunci lumina ta va răsări ca zorile și

---

[101] Georgeta Ionela Voicilă https://poruncaiubirii.agaton.ro/articol/4501/zlib/zlib/messages (accesat pe 22.12.2023).
[102] https://www.arhiepiscopiasucevei.ro/isihasmul-lumina-domnului-isaia-2-5-indumnezeirea-omului/ (accesat pe 08.05.2024).
[103] Georgeta Ionela Voicilă https://poruncaiubirii.agaton.ro/articol/4501/zlib/zlib/messages (accesat pe 22.12.2023).

tămăduirea ta se va grăbi. Dreptatea ta va merge înaintea ta, iar în urma ta slava lui Dumnezeu" (*Isaia 58*, 8); „Domnul va fi pentru tine o lumină veşnică şi Dumnezeul tău va fi slava ta" (*Isaia 60*, 19)."[104]

Prin urmare rugăciunea isihastă este una care ne face familiari cu un alt tip de lumină ce este o lumină ce nu este din această lume şi care are – mai înainte de toate – un caracter

- catarctic,
- purificator,
- transfigurator
- şi mântuitor.

„Evenimentul biblic al Schimbării la Faţă a Mântuitorului reprezintă centrul mişcării isihaste, idee pe care o dezvoltă foarte frumos Sfântul Grigorie Sinaitul, în *Cuvântul la Schimbarea la Faţă a Domnului*. După cum am amintit mai sus, pe Tabor Apostolii Petru, Ioan şi Iacob văd lumina necreată a dumnezeirii lui Hristos, iar Petru spune: „Doamne, bine este să fim noi aici; dacă voieşti, voi face aici trei colibe: Ţie una, şi lui Moise una, şi lui Ilie una." (Mt. 17, 4). Astfel, observăm că el nu se mai gândeşte la sine, nu îşi face griji unde va locui, ci doreşte să mulţumească doar pe Domnul, pe Moise şi pe Ilie, care s-au arătat de-a dreapta şi de-a stânga Lui. El simte adevărul prezenţei lui Dumnezeu, adevărul prezenţei Vieţii şi pe cel al existenţei Tainei Lui, dincolo de *lumina taborică*.

Distincţia dintre Fiinţă şi energii, dintre Viaţă şi Taină, arată raportul dintre experienţă şi transcendenţă, apropierea dintre creat şi necreat. Dumnezeu este Viaţă şi Taină, fără să existe un antagonism între cele două *caracteristici* ale Sale. Taina lui Dumnezeu se referă la Fiinţa Sa intangibilă, iar Viaţa, la energiile Sale necreate."[105]

Prin urmare cu cât se smerim mai mult în faţa lui Dumnezeu prin rugăciunea isihastă cu atât mai mult El ne va da să experimentăm lumina Lui necreată.

Ei bine trebuie să ştim că scolasticii nu vorbeau mai nimic de experimentarea lui Dumnezeu în rugăciune prin lumina necreată. Acesta fiindcă ei sunt unii care credeau că nu este vorba de o lumină necreată a lui Dumnezeu ci mai mult de o lumină creată care nu este nimic altceva decât fiinţa lui Dumnezeu.

Ştim că a fost Sfântul Grigorie Palama care a făcut distincţia clasică dintre

- fiinţa lui Dumnezeu care este inaccesibilă veşnic omului
- şi energiile Sale necreate sau lumina Sa necreată care este accesibilă omului.

În acest sens părintele Marin Sava spunea cât se poate de bine: „în primul secol creștin, Saul din Tarsul Ciliciei a obținut de la arhiereu scrisori, delegații către sinagogile din Damasc cu scopul identificării și prinderii creștinilor pentru a-i aduce la Ierusalim spre judecată și condamnare. Însă, pe când călătorea el și se apropia de Damasc, o lumină din cer, ca de fulger, l-a învăluit deodată, iar Hristos i S-a revelat și i-a vorbit. Acesta a fost momentul în care prigonitorului creștinilor i s-a schimbat mintea și odată cu ea întreaga viață, devenind prin revelație Apostolul Neamurilor. La scurt timp după Înălțarea Mântuitorului cu trupul Înviat la ceruri, Sfântul Arhidiacon Ștefan a fost ucis cu pietre. El a fost nu numai primul martir creștin, ci și un isihast, căci, înainte de a fi ucis, fiind plin de Duh Sfânt și privind la cer, a văzut lumina lui Dumnezeu și pe Iisus stând de-a dreapta lui Dumnezeu.

Cu toate acestea, Sfântul Grigorie Palama afirma că Fecioara Maria este prototipul vieții isihaste, căci a văzut lumina dumnezeirii în momentul Bunei Vestiri. Asemenea, s-a afirmat că Sfântul Ioan Botezătorul este prototipul vieții pustnicești.

Înaintea tuturor acestora, Moise a văzut pe Sinai slava dumnezeirii, iar după ce a coborât de pe munte fața lui iradia lumină, era strălucitoare, încât a fost nevoie să o acopere cu o pânză. Așa cum Moise s-a împărtășit de lumina dumnezeiască de la Izvorul ei, tot astfel și poporul s-a împărtășit de această lumină a dumnezeirii prin el. În fine, cu certitudine, Adam și Eva, înainte de căderea în păcat, au văzut slava dumnezeirii."[106]

Este clar că isihasmul creştin ortodox este unul care ne face accesibilă lumina necreată a lui Dumnezeu. Aceasta lumină este una care ne curăţă la nivel

- moral,
- mistic,
- spiritual
- şi sufletesc.

---

[104] https://www.arhiepiscopiasucevei.ro/isihasmul-lumina-domnului-isaia-2-5-indumnezeirea-omului/ (accesat pe 08.05.2024).

[105] Georgeta Ionela Voicilă https://poruncaiubirii.agaton.ro/articol/4501/zlib/zlib/messages (accesat pe 22.12.2023).

[106] Preot Marin Sava, Ziarul Lumina, https://ziarullumina.ro/actualitate-religioasa/an-omagial/isihasmul-lumina-din-lumina-celui-nascut-in-betleem-176821.html (accesat pe 08.05.20224).

Lumina necreată a lui Dumnezeu nu este numai o iluzie a isihaştilor ci o realitate care ajunge să ne schimbe şi să ne facă să Îl experimentăm pe Dumnezeu atât cât ne este posibil. Aceasta fiindcă sunt mai multe grade de experimentare a lui Dumnezeu în funcţie de capacitățile fiecăruia. „Participând la cunoaşterea luminii dumnezeieşti prin rugăciunea inimii, isihastul nu-şi foloseşte mintea precum o face un om obişnuit, care raţionează pur şi simplu asupra a ceea ce poate cunoaşte superficial, ci primeşte cunoaşterea de la Dumnezeu participând în mod real la aceasta, prin „*gustarea precisă a realităţilor distincte din lumea nevăzută*”, după cum ne spune Sfântul Simeon Noul Teolog. „Şi pentru că mintea se ţine de Hristos prin amintirea gustării şi vederii luminii Sale, înseamnă că numele Lui trebuie scos din cămările amintirii şi statornicit în minte printr-o pomenire continuă şi fierbinte. Numai aşa mintea îl poate simţi prezent, neîntrerupt. Desigur, aici e vorba de rugăciunea mintală, pe care o vom găsi (...) în centrul practicii isihaste, cu scopul de a ţine trează prezenţa lui Hristos."[107]

Doi călugări isihaşti discutau.

- Știi ce?
- Ce?
- Uneori am îndoieli.
- Cu privire la ce?
- La viaţa isihastă.
- De ce?
- Chiar crezi că ne face să vedem lumina necreată a lui Dumnezeu?
- Ai simţit vreodată că de despătimeşti?
- Da.
- Este dovada că lumina necreată lucrează în tine.
- Crezi?
- Da.
- De ce?
- Acolo unde patimile mor înseamnă că a venit lumina necreată.
- Dar de ce nu putem vedea această lumină cu ochii?
- Tu de lumina sfântă de la Ierusalim ai auzit?
- Da.
- Știi că vine din cer?
- Da.
- Și poate să fie văzută?
- Da.
- Este o lumină care la origini este necreată.
- Cum?
- Se schimbă din necreată în lumină creată.
- Ca să o putem vedea?
- Da.
- Sunt de acord.
- Mă bucur.
- Și de ce trebuie să duci un mod de viaţă isihast pentru a vedea lumina necreată?
- Fiindcă aceasta este calea lăsată de Dumnezeu.
- Înțeleg.
- Bine.
- Această lumină este nematerială.
- Mi-am dat seama.
- Când vine ea aduce multă speranţă în inima omului.
- Cum?
- Omul tinde să îşi pună nădejdile numai în ceea ce îi oferă această lume.
- Și nu este bine?
- Nu.
- De ce?
- Îţi voi spune.

---

[107] Georgeta Ionela Voicilă https://poruncaiubirii.agaton.ro/articol/4501/zlib/zlib/messages (accesat pe 22.12.2023).

- Te ascult.
- În antichitatea romană a existat un om putred de bogat pe nume Apicius.
- Nu am auzit de el.
- Și ce a făcut Apicius?
- Ce?
- A cheltuit averea lui într-un mod ușuratic.
- Ce păcat.
- A mai rămas numai cu 125000 de monede de aur.
- Destul de mult.
- Nu așa a considerat și Apicius.
- Nu?
- Nu.
- De ce?
- A considerat că este puțin.
- 125000 de monede de aur?
- Da.
- Nu îmi vine să cred.
- Și ce a și-a spus Apicius?
- Ce?
- Nu se poate trăii numai cu 125000 de monede de aur.
- Nu?
- Nu.
- Și a făcut?
- S-a sinucis.
- Nu se poate.
- Ba da.
- Păi cum?
- Era un om care credea numai în ceea ce poate oferii această lume.
- Sunt mulți oameni de acest fel.
- Așa este.
- Dar parcă este prea de tot.
- Este.
- Trebuie să îmi vin și eu în fire.
- Așa este.
- Nu poți trăii fără speranță în Dumnezeu.
- Evident.
- Mă bucur că mi-ai spus povestea cu Apicius.
- Mă gândeam că te va interesa.
- Așa este.
- Sunt mulți oameni care gândesc ca el.
- Și ce trist este.
- Foarte trist.
- Deci isihasmul poate să ne facă să ne împărtășim de lumina necreată a lui Dumnezeu?
- Da.
- Dacă îl luăm în serios?
- Da.
- Acum nu mai am nici o îndoială cu privire la isihasm.
- Asta este foarte bine.
- Mă bazez pe sfinții isihiaști.
- Sunt învățătorii noștri.
- Cu adevărat.
- Și este bine că avem cine să ne inițieze în isihasm.
- Așa este.[108]

[108] Din Grigorie Comșa, *1000 de pilde pentru viața creștină* (Arad, 1929).

Rugăciunea isihastă trebuie să ştim că nu este
- fără rost
- şi în van.

Aceasta fiindcă mai de vreme sau mai târziu ea va da rezultate. Părintele Narcis Stupcanu spunea în acest sens: „lumina divină nu este una materială și nici spirituală sau sensibilă, dar nici nu este o lumină inteligibilă sau de ordin intelectual. Această lumină este divină și necreată. Lumina divină și vederea ei înseamnă a-L cunoaște pe Dumnezeu în lumina Sa cea mai neapropiată și această împărtășire de lumină este pe măsura credinței noastre și a curățirii de păcat. Astfel, lumina rămâne necunoscută celor împătimiți și lumești. Accentul pus pe lumina dumnezeiască, în urma efortului duhovnicesc, îl arată a fi un părinte duhovnicesc, un părinte al vieții lăuntrice.”[109]

La fel de bine este evident că isihia este şi ea o formă de asceză. De mai multe ori isihastul este asaltat de ofertele deşarte ale acestei lumi. Ei bine el trebuie să discearnă şi să ştie ceea ce este
- important
- şi de folos

pentru sine.

Isihia este o sănătate a sufletului care ne face să ne regăsim pe noi înşine şi să fim mai buni şi mai experimentaţi duhovniceşte.

„Practica isihastă a rugăciunii minţii şi a inimii este mult mai veche decât teologia palamită. Aceasta reprezenta atât o modalitate de cunoaştere a lui Dumnezeu, cât şi un exerciţiu duhovnicesc dar şi trupesc, legat de respiraţie, care se realiza în aşa fel încât rugăciunea să poată fi practicată în mod continuu. Această rugăciune nu trebuia neapărat rostită, cât mai ales realizată în gând, pentru a umple mintea de cele dumnezeieşti şi a o goli de lucrurile lumeşti.

Sfântul Ioan Scărarul leagă practicarea rugăciunii inimii corelată cu un anumit ritm al respiraţiei de pericolul care îl reprezintă imaginaţia pentru monahul însingurat. Acest pericol, de a ni-l închipui pe Dumnezeu, este astfel evitat mai uşor printr-o concentrare totală a rugăciunii pe respiraţie. „El înţelege *îndumnezeirea* drept o comuniune a întregului om cu Hristos cel transfigurat. Aducerea aminte de Iisus a însemnat exact acest lucru, iar nu o simplă *meditare* asupra lui Iisus cel istoric sau asupra vreunui episod anume din viaţa Lui. (...). La acest punct trebuie să se înţeleagă legătura inevitabilă şi necesară existentă, în această tradiţie, între spiritualitate şi teologie. Dacă vreun autor a reuşit să formuleze această legătură, acela este Maxim Mărturisitorul”, care dezvoltă o adevărată teologie mistică a rugăciunii inimii şi a energiilor divine necreate.”[110]

Asceza isihastă se poate spune că nu este prea diferită de asceza creştin ortodoxă pe care o face orice creştin ortodox însă ea are atuul că accentuează
- linişţea,
- tăcerea,
- solitudinea
- şi regăsirea sinelui.[111]

Isihia este mai greu de practicat la început fiindcă
- larma
- şi vacarmul

lumii din jur de mai multe ori sunt o a doua natură.

Aşa se face că trebuie să fie făcute mai multe exerciţii de isihie. Numai în isihie se poate spune că ajungem să trăim într-un mediu
- sănătos
- şi firesc.

Este bine însă să nu ajungem să suprasolicităm isihia şi să credem că ea este rezolvare la toate patimile noastre. Aceasta fiindcă isihia este cea care ne oferă un cadru al vindecării noastre însă în cele din urmă este nevoie de
- asceză
- şi nevoinţă

---

[109] Preot Narcis Stupcanu, Ziarul Lumina https://ziarullumina.ro/educatie-si-cultura/interviu/lumina-necreata-in-teologia-sfantului-simeon-noul-teolog-169220.html (accesat pe 08.05.2024).

[110] Georgeta Ionela Voicilă https://poruncaiubirii.agaton.ro/articol/4501/zlib/zlib/messages (accesat pe 22.12.2023).

[111] A se vedea Simeon Kraiopoulos, *Te cunoşti pe tine însuţi* (Bucureşti, 2008).

pentru a ne vindeca de patimi şi de răutate.

„Revenind modalitatea de realizare a rugăciunii inimii, trebuie să menţionăm faptul că monahii care practicau această rugăciune „se retrăgeau în locuri singuratice şi prin concentrarea gândului la rugăciune se ridicau mai presus de impresiile simţurilor şi de tot ceea ce îi înconjura, pentru ca prin *contemplare continuă să vadă lumina dumnezeiască cea necreată,* (...) spre a realiza astfel o mai mare apropiere de Dumnezeu. Această lumină strălucitoare nu este fizică, ci dumnezeiască. Isihaştii rosteau continuu această scurtă rugăciune: *Doamne Iisuse Hristoase, miluieşte-mă*", pentru a ajunge la unirea cu Hristos, deci la îndumnezeire, şi, evident, la mântuire.

Isihaştii au înţeles cu adevărat scopul vieţii şi rostul omului pe pământ, şi de aceea se străduiau din răsputeri să se pregătească pentru primirea harului. Dar au mai înţeles un lucru, anume că trăirea în legătură cu harul divin are importanţă soteriologică, pentru că depinde de legătura cu Duhul Sfânt, prin puterea Căruia fiinţăm şi duhul nostru *trăieşte*. „Despărţirea de Sf. Duh înseamnă moartea sufletului, de aceea - pentru a susţine vieţuirea noastră spirituală - trebuie să ne prindem de Duhul Sfânt, iar această legătură - în mod firesc - trebuie simţită şi cunoscută, deoarece ea are caracter personal şi conştient." Prin urmare, scopul exerciţiului isihast-filocalic este dobândirea îndumnezeirii şi, implicit, a mântuirii."[112]

Isihia este o virtute isihastă ce oferă un cadrul care să ne ajute să ne concentrăm mai mult pe mântuire şi pe ceea ce este important în viaţa noastră duhovnicească. Trăind într-o lume cu multe

- ispite
- şi tentaţii

ajungem să nu mai fim centraţi pe ceea ce este esenţial şi important pentru noi.[113]

Prin isihie se poate spune că ajungem să ne recâştigăm forţele duhovniceşti şi să ştim mult mai bine în ce direcţie să apucăm. „În ceea ce priveşte învăţătura despre rugăciunea inimii ca practică isihastă, sfântul Paisie Velicikovski „aduce un suflu nou în trăirea rugăciunii prin raportarea permanentă la dascălii vechi ai ei, ajungând să fie foarte apreciat şi folosit în lumea ortodoxă. Un fapt excepţional în experierea rugăciunii minţii de către Sfântul Paisie este primirea ei ca un dar, mai presus de căile obişnuite, printr-o rânduială specială a lui Dumnezeu."

În viziunea lui, care de altfel este în acord cu Tradiţia Bisericii, „rugăciunea minţii nu trebuie lucrată în niciun chip fără povăţuirea unui părinte duhovnicesc, pentru că altfel, ispitele îl vor birui pe cel care ar îndrăzni să facă acest lucru.". Practicarea unei rugăciuni atât de importante şi care necesită atât de multă atenţie şi trezvie, dacă este făcută în afara ascultării de un duhovnic, poate aduce mândrie în sufletul celui care o practică, şi dacă se întâmplă acest lucru, tot efortul şi toate darurile duhovniceşti ale isihastului se pierd."[114]

Isihia la fel de bine este una care ne oferă un cadru sufletesc prin care harul vine la noi şi ne pătrunde cu lumina lui. Harul în acest sens în sens isihast se leagă de isihie fiindcă ambele sunt unele care sunt importante şi au nevoie să se manifeste cât se poate de unitar.

Isihia prin urmare pregăteşte sufletul pentru har. Aceasta fiindcă harul stă departe de vacarm şi gălăgie. Este adevărat că de mai multe ori harul poate să vină surprinzător în noi. Aceasta fiindcă Dumnezeu ştie mult mai bine ca noi când avem nevoie de har. Sunt mai mulţi care vor să trăiască senzaţia harului mult mai mult decât starea de unire cu Dumnezeu pe care o aduce el. Aceasta fiindcă ei sunt unii care sunt însetaţi de senzaţii şi nu vor o unire sinceră cu Dumnezeu.

Sfinţii Părinti filocalici şi cei ce le-au urmat acestora, pe baza experienţei lor duhovniceşti dobândite în urma practicării rugăciunii isihaste, ne-au arătat o cale minunată de urmare a lui Dumnezeu pe drumul asemănării noastre cu El prin har. Aceste învăţături ale lor, chiar dacă par greu de pus în practică, sunt valabile peste veacuri şi ne pot conduce la cunoaşterea lui Dumnezeu şi la dobândirea împărăţiei Sale, dacă le urmăm cu smerenie, cu dragoste şi cu inimă curată."[115]

Isihia este o asceză ce ne face să fim mult mai realişti cu viaţa duhovnicească fiindcă ne ajută să ne clarificăm mai multe lucruri. În

- vacarmul
- şi problemele

lumii din jur de mai multe ori uităm să fim liniştiţi şi împăcaţi. Acest lucru fiindcă ne lipseşte isihia.

---

112 Georgeta Ionela Voicilă https://poruncaiubirii.agaton.ro/articol/4501/zlib/zlib/messages (accesat pe 22.12.2023).
113 A se vedea Alexandru Paleologu, *Despre lucrurile cu adevărat importante* (Bucureşti, 2021).
114 Georgeta Ionela Voicilă https://poruncaiubirii.agaton.ro/articol/4501/zlib/zlib/messages (accesat pe 22.12.2023).
115Idem.

În acest sens sunt mai mulți care nu îi pot înțelege pe marii isihaşti ai istoriei fiindcă ei stau în pustie şi sunt fericiți. Teologul Petru Lazăr spunea în acest sens: „Rugăciunea minții", „rugăciunea lui Iisus", „rugăciunea curată", „rugăciunea inimii", „rugăciunea isihastă" sunt expresii relativ sinonime care se referă la rugăciunea practicată de călugării isihaşti, dar nu numai.

Termenul grecesc „isihia" se traduce prin „liniştire", făcând referire la o stare de împăcare interioară, ca rezultat al unui mod de viață ascetic, ce implică rostirea permanentă a „rugăciunii lui Iisus" (Doamne Iisuse Hristoase, Fiul lui Dumnezeu, miluieşte-mă pe mine, păcătosul!). Extazul mistic isihast reprezintă o „inundare" de lumină a ființei omeneşti, despre care nu există foarte multe detalii, fiind una dintre noțiunile ce pot fi înțelese deplin doar experiențial. Cel mai adesea, călugării care au trăit această stare sunt foarte rezervați în a face descrieri. Însă, ca o constantă, Părinții filocalici susceptibili de a fi avut astfel de „inundări dumnezeieşti" prezintă experiența iluminării, din timpul rugăciunii desăvârşite, ca pe o formă supremă de cunoaştere şi înțelegere a lui Dumnezeu."[116]

Isihia este şi ea o asceză fiindcă ne ajută să ne liniştim sufletul şi ştim că el are nevoie foarte mult de această linişte. Evident că sunt mulți care spun că ei nu au cum să ajungă la isihie fiindcă ei trăiesc în lume şi prin urmare nu pot să se liniştească fiindcă ei trebuie să fie după mersul lumii. Ştim că mersul lumii este unul care nu merge după legile isihasmului.

- Scandaluri,
- agresivitate,
- violență,
- neînțelegeri,
- ură
- şi războaie

sunt unele care se pare că sunt după cursul acestei lumi. Fiindcă plină de aceste lucruri negative este cât se poate de clar că lumea din jur nu vrea să ştie de isihia creştin ortodoxă.

Teologul Petru Lazăr spunea în acest sens: „În epoca medievală, teologia catolică a suferit o semnificativă mutație, marcată de o tot mai puternică influență a filosofiei aristotelice. Teologii acelor vremuri considerau că „epoca Sfinților Părinți" a fost depăşită de „epoca teologilor scolastici", care reprezenta un important pas înainte. Teologia patristică era considerată ca învechită, cel mult un preludiu al scolasticismului.

Unii cercetători ai istoriei Bizanțului (de exemplu, Karl Krumbacher) au văzut în „criza isihastă" o primă reacție, dar decisivă, față de „invazia scolastică". Deşi nici Răsăritul nu a fost scutit de influențe scolasticiste, totuşi, în spațiul răsăritean, niciodată nu a fost contrabalansată autoritatea Sfinților Părinți.

În ce priveşte isihasmul, acesta a rămas una dintre cele mai profunde învățături ale Bisericii Ortodoxe. Practica rugăciunii minții este astăzi foarte răspândită, nu doar printre monahi, ci şi printre credincioşii mireni.

Biserica Romano-Catolică nu a acceptat practica isihastă şi nici învățătura Sfântului Grigorie Palama despre energiile necreate. În prestigioase enciclopedii catolice contemporane, isihasmul este catalogat chiar şi azi ca fiind „speculație obscură, concretizată în cea mai sălbatică formă de extravaganță mistică" sau „autosugestie fachirică"."[117]

Fiindcă îi lipseşte experiența isihiei ei bine lumea de azi este aşa de confuză că a ajuns să creadă că de fapt între isihasm şi yoga nu este nici o diferență. Sunt mulți care cred că isihia creştin ortodoxă şi yoga sunt unul şi acelaşi lucru. Ei bine trebuie să ştim că în timp ce isihasmul vrea să ne pună în legătură cu

- liniştea
- şi pacea

lui Iisus ei bine yoga de fapt de uneşte cu demonii hinduismului.[118]

Demonii trebuie să ştim că au mai multe practici care se aseamănă isihasmului însă aceste practici nu duc la o unire cu Hristos ci din contră ne fac să ne pierdem în cine ştie ce meditații

- ciudate,
- de inspirație demonică,
- anacronice
- necreştine
- şi diferite

[116]Petru Lazăr https://www.parohiacopou.ro/controversa-isihasta-sau-cum-fost-aristotel-invins-de-sfintii-parinti (accesat pe 22.12.2023).
[117] Idem.
[118] A se vedea Ioan Filaret, *Creştinism şi yoga* (Editura Policrom, 1994).

de isihasmul creştin ortodox.

Gânditorul creştin Jaques le Goff spunea în acest sens: ”Aceia în care fervoarea apostolică era încă vie și care păstrau în amintire acea perfecțiune inițială, au abandonat orașele și compania celor ce considerau pentru sine și pentru Biserica Domnului nepăsarea unei vieți morale relaxate și s-au stabilit în suburbie și în locuri mai izolate, începând a practica în particular, pe cont propriu, regulile pe care își aminteau că apostolii le stabiliseră pentru întreg corpul Bisericii (...) Acesta a fost singurul și cel mai vechi gen de călugări, având întâietatea nu doar în timp, ci și în ale harului.”[119]

Doi psihologi discutau într-o zi.

- Ştii ce aş vrea să discut cu tine?
- Ce anume?
- De ce cred oamenii de azi că gălăgia este bună.
- Fiindcă sunt naivi.
- Nu vezi că mai tot ceea ce facem omul azi are loc pe un fond muzical?
- Aşa este.
- De ce?
- Cred că ştiu de ce.
- De ce?
- Omul de azi nu vrea să se cunoască pe sine.
- De ce?
- Fiindcă ar putea fi dezamăgit de ce ar putea descoperii.
- Şi?
- Preferă să se piardă în larma lumii din jur.
- Cred că ai dreptate.
- În cei mai mulți oameni de azi are loc o schismă.
- Ce schismă?
- Unde cred ei că sunt.
- Şi asta sunt ei în realitate?
- Da.
- Aşa este.
- Este bine să ne cunoaştem pe noi înşine cât mai bine.
- Sunt de acord.
- Aşa se face că fiindcă nu vrea să se cunoască pe sine ei bine omul de azi îşi găseşte tot felul de lucruri care să îl distragă.
- De la a ştii cine este cu adevărat?
- Da.
- Şi cum putem să ştim cine suntem cu adevărat?
- În isihie.
- Am auzit de isihie.
- De mai multe ori însă oamenii îşi vin brusc în sine.
- Cum?
- Îşi dau seama că umblă după deşertăciuni.
- Asta aşa este.
- Vezi?
- Şi cum îşi vin oamenii brusc în sine?
- Îți voi da un exemplu?
- Ce exemplu?
- Unul care l-au auzit şi eu mai recent.
- Este interesant?
- Pentru mine a fost.
- Bine atunci spune.
- Îți voi spune.

[119] Jacques Le Goff, Omul medieval, Editura Polirom, Iaşi, 1999, p.40 apud Petru Dunca http://bslr.ubm.ro/files/2016/Dunca%20Petru%20-%20Repere.pdf (accesat pe 22.12.2023).

- Te ascult.
- Era o doamnă al cărei soț era foarte bogat.
- Înțeleg.
- Într-o zi doamna a văzut o blană foarte scumpă.
- Se întâmplă.
- Aş avea nevoie de bani, i-a spus ea soțului.
- Pentru ce?
- Pentru o blană.
- Cât costă?
- 70000 de lei.
- Bine.
- O să îmi dai banii?
- Da.
- Vai ce mă bucur.
- Tu eşti iubirea vieții mele.
- Şi tu a mea.
- Doamna a luat banii.
- Şi?
- A început să aibă mai multe gânduri.
- Ce gânduri?
- Eu îmi cumpăr o blană de 70000 de lei şi unii nu au ce mânca.
- Interesant.
- Şi ce a făcut doamna?
- Ce?
- Şi-a făcut un palton de 10000 de lei.
- Şi cu restul ce a făcut?
- S-a dus la episcopul locului.
- De ce?
- I-a spus episcopului.
- Ce?
- Părinte luați aceşti 60000 de lei.
- Pentru ce?
- Vreau să îi împărțiți la săraci.
- Bine aşa am să fac.
- Se spune că doamna a simțit o mare linişte în suflet.
- Cred şi eu.
- Deci vezi sunt şi oameni care îşi vin în sine.
- Mai rar.
- Dar totuşi sunt.
- Aşa este.
- Isihia creştin ortodoxă ajută foarte mult.
- La cunoaşterea de sine?
- Da.
- Mi-am dat seama că asta vei spune.
- Isihia ajută nu numai mistic sufletul.
- Şi mai cum?
- Şi psihologic.
- Ne linişteşte?
- Da.
- Aşa este.
- Mă bucur că eşti de acord.
- Sigur că sunt de acord.
- Acum te las.[120]

[120] Din Grigorie Comşa, *1000 de pilde pentru viața creștină* (Arad, 1929).

Se poate vedea că isihia ne ajută să ne venim în sine când suntem seduşi de lumea din jur. Isihia este un lucru care ne este benefic deşi de mai multe ori ea implică o disciplină serioasă şi severă. Totuşi nu trebuie să deznădăjduim cu privire la isihie şi la practica ei fiindcă rezultatele de pe urma ei nu vor înceta să vină. „Fiind specific creştinismului oriental, isihasmul reprezintă, pe scurt, un ritual mistic de unire cu energiile necreate ale Divinității. Beatitudinea ultimă pe care isihasmul o aduce cu sine numeşte starea de pură contopire cu puterea divină și nu cu Ființa acesteia"[121]

CAPITOLUL 6

ISIHASTUL CREŞTIN ORTODOXĂ ÎN RAPORT CU PRACTICI SIMILARE ISIHASMULUI: YOGA, SUFISM, BAHAI, HARE-KRIŞNA, MEDITAȚIA TRANSCEDENTALĂ, BUDISMUL ETC

Ceea ce se poate vedea din istoria religiilor şi din religia comparată este că sunt mai multe pseudo-isihii care cu toate vorbesc de

- linişte,
- pace,
- armonie interioară,
- înțelegere
- şi împăcare

a sufletului.

Poate una dintre cele mai cunoscute astfel de astfel de practici este yoga hindusă şi budistă.

Yoga susţine că este mai mult un fel de gimnastică ce vrea să armonizeze sufletul cu trupul. În realitate acest lucru are loc numai aparent. „Sfântul Nicolae Cabasila nu s-a amestecat în problema isihastă, deşi era prieten al isihaştilor, şi în teologia sa a evitat a se situa de partea sau împotriva isihaştilor sau a părerilor anti-isihaştilor, cu excepţia unei opere manifest polemice, *Cuvânt împotriva lui Gregoras*. Desigur, cunoştea şi teologia isihastă a sfântului Grigorie Palama, care constituie în mod clar premisa operelor sale. Din acest motiv, principiile teologiei isihaste, precum distincția dintre ființa și energiile divine, posibilitatea comuniunii omului cu Dumnezeu prin intermediul energiilor divine, vederea luminii divine necreate ș.a. sunt afirmate în lucrările sale însă într-o altă formă."[122]Yoga şi isihasmul sunt de fapt două practici cât se poate de diferite care în realitate nu au mai nimic în comun deşi ambele se susţine că se ocupă cu interiorul omului. Aceasta fiindcă duhul yoga şi cel isihast se poate vedea că sunt cât se poate de diferite. „Sfântul Grigorie nu are o învățătură specială și diferită de cea a Sfântului Isaac Sirul; vorbind însă despre cunoașterea lui Dumnezeu, el înțelege în primul rând **cunoașterea duhovnicească, adică cea întemeiată pe vederea dumnezeiască *(theoria)*.** Motivul pentru care Sfântul Grigorie s-a ocupat de subiectul cunoașterii a fost Varlaam. Varlaam adoptase învățătura apuseană despre cunoașterea lui Dumnezeu. **El pretindea că cunoașterea lui Dumnezeu este un proces rațional, roadă cunoștințelor raționale despre Dumnezeu, produsul filozofiei. De aceea învăța că cei care dobândeau cunoașterea lui Dumnezeu erau, mai presus de toți, filozofii.** Comparând filozofii cu apostolii și cu prorocii, Varlaam spunea că cei dintâi sunt superiori celor din urmă. Comparând filozofia cu vederea Luminii celei necreate, afirma că filozofia este superioară vederii lui Dumnezeu. Căci, după cum susținea el, vederea lui Dumnezeu este o vedere din afară, pe când filozofia este un proces lăuntric, adică fructul rațiunii care ne-a fost dată de Dumnezeu. Este aici o mare primejdie ca teologia ortodoxă să fie secularizată.

Biserica a vorbit atunci prin marele său Părinte, Sfântul Grigorie Palama. Sfântul Grigorie avea experiență duhovnicească nemijlocită și deci a vorbit în cunoștință de cauză despre aceste subiecte. El a spus că lumina cea necreată nu este mai prejos de rațiune, ci mult mai presus de ea. Apostolii nu erau inferiori filozofilor, ci superiori lor, fiindcă primiseră adevărul prin Descoperirea lui Dumnezeu și nu prin rațiunea proprie. Dacă ar fi fost altfel, atunci filozofii ar fi fost în stare să afle adevărul despre Dumnezeu și mântuirea omului, iar Hristos nu ar mai fi trebuit să se întrupeze. Însă s-a întâmplat exact invers."[123]

---

121 Mentalități și ritualuri magico-religioase. Studii și eseuri de sociologie a sacrului, Editura Polirom, Iași, 1998, p.93 apud Petru Dunca http://bslr.ubm.ro/files/2016/Dunca%20Petru%20-%20Repere.pdf (accesat pe 22.12.2023).

122 https://www.pemptousia.ro/2014/06/dimensiunea-isihasta-a-teologiei-liturgice-a-sfantului-nicolae-cabasila/ (accesat pe 22.12.2023).

123 Mitropolitul Hierotheos Vlachos, *Boala și tămăduirea sufletului în tardiția ortodoxă,* Editura Sofia, p.65-66 apud https://doxologia.ro/cunoasterea-dupa-sfantul-grigorie-palama (accesat pe 08.05.2024).

O altă practică ce se consideră că se aseamănă cu isihasmul este sufismul islamic. „**Sufismul** sau **taşawwuf** (arabă: تصوّف) este de obicei înțeles nu ca o sectă distinctă a Islamului, ci ca o dimensiunea interioară, mistică a Islamului. Un practicant al acestei tradiții este, în general, cunoscut ca un *şūfī* (arabă: صُوفِيّ), deși unii dintre suporterii acestei tradiții folosesc acest termen doar pentru acei credincioși care au atins obiectivele tradiției Sufi. Un alt nume folosit pentru credincios, pe lângă cel de Sufi, este Derviş sau Fachir.

Sufismul este un curent apărut în secolul VIII și răspândit mai ales în Persia. În centrul vieții religioase a acestei doctrine se află iubirea reciprocă dintre Dumnezeu și oameni, respingând, prin urmare, ideea inaccesibilității lui Dumnezeu. Doctrina sa este influențată de mai multe religii: budism, zoroastrism, hinduism și are la bază apropierea față de Dumnezeu prin cunoaștere mistică, iubire și asceză. Adepții sufismului sunt organizați în diferite frății, confrerii, ordine sau grupări cu milioane de membri la nivel mondial (Ex: Qadiriyyah, Mawlawiyah, Naqshbandiyyah, Tijaniyyah etc) . Fiecare confrerie are o vestimentație distinctivă și ritualuri proprii.”[124]

Sunt mai mulţi care cred că isihasmul şi sufismul au mai multe puncte comune fiindcă ambele privesc spre universul interior al omului. Totuşi ceea ce se poate vedea că este cât se poate de diferit dintre isihasm şi sufism este că ele au puncte de centrare diferite: isihasmul Îl are în centru pe Iisus în timp ce sufismul pe Mohamed.

Despre practica isihastă părintele Teologos spunea: „Vedeți că la Schimbarea la Față, lumina taborică a ieșit din Iisus într-un mod firesc, natural fără ca Acesta să facă ceva în mod special. De vreme ce această lumină nu aparține firii omenești create, fire pe care, desigur, o are și Mântuitorul, arătat este că această lumină aparține firii dumnezeiești necreate și, deci, și ea la rândul ei este necreată. Înțelegeți?

Catolicii, neavând aceste experiențe ale luminii necreate nu puteau să conceapă cum Dumnezeu cel necreat și perfect poate să interacționeze cu lumea creată și căzută în păcat.

Varlaam și cei asemenea lui, uită însă că Dumnezeu a interacționat și interacționează până acum cu firea umană și cu toată zidirea chiar în ipostasul Domnului nostru Iisus Hristos, fără însă, desigur, să fie Domnul murdărit de păcatele noastre. Dacă Dumnezeu a avut și are atâta iubire pentru noi încât să îmbrace firea noastră căzută, în afară de păcat, bineînțeles, cu atât mai mult poate să comunice cu noi prin energiile Sale, El care a zis că n-o să ne lase orfani niciodată. Înțelegeți?

Ca să înțeleagă însă cineva toate acestea, are nevoie de experiența Duhului Sfânt mângâietorul care ne învață toate și ne aduce aminte de prezența lui Hristos în inima noastră pentru că altfel rămânem doar cu orfania și amărăciunea raționalismului. Să nu uităm că lumina necreată fiind Dumnezeu Însuși, chiar dacă nu este nucleul Său, este o lumină înțelegătoare și dătătoare de iubire și înțelepciune și informează pe cei care o experiază că au de-a face cu o lumină personală și nu cu un interval de lungime de undă din radiația electromagnetică, chiar dacă cel mai potrivit cuvânt din limba noastră să descrie această întâlnire dintre om și Dumnezeu este cuvântul „lumină”.”[125]

La fel de bine sufismul la fel ca isihasmul are şi el dezvoltată o mistică însă trebuie să ştim că termenul de mistică este mult prea

- vast
- şi amplu

pentru a ajunge să fie asemănat dintre cele două ramuri ale ei.

„Sfinții Părinți i-au spus lumină nu pentru că lumina necreată are cam aceeași definiție, ci cam aceeași experiență, însă pe plan duhovnicesc. Cu alte cuvinte lumina necreată nu are ca lumina creată un dualism undă-corpuscul, ci pentru că după cum un om experiază lumina creată ca principalul factor în posibilitatea capacității de orientare și cunoaștere în spațiul material, la fel și sfântul experiază lumina necreată ca și principalul factor în posibilitatea capacității de orientare și cunoaștere în spațiul duhovnicesc. Se luminează mintea și omul știe încotro să se îndrepte. Pur și simplu omul vede ce se întâmplă în jurul său în spațiul duhovnicesc, însă vede cu ochiul sufletului, adică cu mintea care este altceva decât logica și cu totul altceva decât creierul sau sistemul nervos, să zicem. Poate să vadă chiar la distanțe mari, poate să vadă pe oameni care au nevoie de ajutor sau poate să vadă pe demoni cum se pregătesc să-l atace.”[126]

---

[124] https://ro.wikipedia.org/wiki/Sufism (accesat pe 09.05.2024).
[125] Preot Teologos https://www.chilieathonita.ro/2024/03/26/sf-grigore-palama-rationalismul-catolic-lumina-necreata-p-teologos/ (accesat pe 08.05.2024).
[126] Idem.

O altă credință care cred unii că se asemănă isihasmul este Bahaiul. „Credința **Bahá'í** este o religie monoteistă întemeiată de *Mírzá Husayn-'Alí Núrí,* cunoscut și ca Bahá'u'lláh (în limba arabă „Slava lui Dumnezeu") în secolul al XIX-lea în Persia. Numărul adepților în lume este de aproximativ 8 milioane, fiind răspândiți în peste 80 de țări. În multe din orașele mari ale lumii se află așezăminte, uneori și chiar temple bahaiste.

Conform învățăturilor baha'i, evenimentele religioase din istorie sunt văzute ca un formând un proces educațional evolutiv pentru omenire, prin intermediul Mesagerilor lui Dumnezeu, denumiți și „Manifestări ale lui Dumnezeu", printre ei numărându-se Abraham, Krishna, Zoroastru, Moise, Buddha, Iisus Hristos, Mahomed, Báb și Bahá'u'lláh. Bahá'u'lláh este văzut ca cel mai recent, dar nu ultimul dintre aceștia. El s-a prezentat ca fiind Mesia-al Mahdi, așteptatul Salvator al lumii și Învățătorul prevestit în Creștinism, Islam, Hinduism, Budism, și în alte religii, cu misiunea de a stabili o bază fermă pentru unitatea religiilor din întreaga lume pentru a inaugura o eră de pace și dreptate, care inevitabil va veni conform credinței *Bahá'í*."[127]

Bahaiul prin urmare este

- sincretist,
- un amestec,
- un amalgam
- şi o multitudine de concepţii.

Ceea ce este cât se poate de diferit dintre Bahai şi isihasm este că în Bahai Iisus este doar un mare învăţător al lumii între ale învăţători şi El nu este unul care oferă mântuire.

„Dacă această luminare crește atunci omul simte că lumina devine de o intensitate mult mai mare decât Soarele sau orice altă sursă de lumină creată, simte într-un mod paradoxal că este o lumină orbitoare, însă nu în sensul în care îl are acest cuvânt atunci când îl aplicăm luminii create pentru că în cazul luminii necreate omul vede cu mult mai mult și mai intens – vede cu toată existența sa, să zicem. Tot omul este un ochi. Trebuie experiat asta, nu se poate explica. Experiența devine atât de intensă încât omul nu se mai controlează pe sine – din cauza asta se spune că mintea este răpită – și omul nici nu mai știe dacă este în trup sau în afara acestuia. Toate acestea le controlează harul lui Dumnezeu, energia necreată a Acestuia.

Desigur că am putea să vorbim mai multe pe tema aceasta, însă după cum am spus, cunoștința rațională, intelectuală nu poate să înțeleagă asta fără experiența practică. Și mai ales că este foarte periculos pentru cineva să încerce să înțeleagă lucrurile astea. Sf. Maxim spune că este cel mai scurt drum către erezie este cunoștința intelectuală fără practică pentru că omul se mândrește cu ceea ce crede că știe rațional și atunci este foarte dificil de clintit din închinarea la idolul cunoștințelor sale. Înțelegeți?"[128]

Este adevărat că sunt mai mulţi care sunt de părere că trebuie să găsim mai multe punct de legătură dintre isihasm şi alte practici mistice ale lumii. Se poate găsii puncte de legătură însă noi trebuie să ne întrebăm la ce folos să le facem dacă ele nu ne ajută la mântuire?

„Pentru bahá`í, serviciul adus altora conferă vieţii înţeles şi scop. Orice muncă sau profesie îndeplinită într-un spirit de serviciu către umanitate este considerată cea mai înaltă formă de adoraţie a lui Dumnezeu. Educarea copiilor şi grija pentru familie sunt de asemenea considerate forme lăudabile de serviciu şi adoraţie. Bahá`íi văd serviciu adus altora ca şi cheia către realizarea unei societăţi globale care oferă adevărata prosperitate – spirituală şi materială – pentru toţi oamenii.

Pe lângă formele personale de serviciu, comunitatea bahá`í întreprinde proiecte colective de serviciu potrivit priorităţilor şi ţelurilor stabilite de către Casa Universală a Dreptăţii. Astfel de acte de serviciu pot să includă facilitarea cercurilor de studiu, predarea lecţiilor pentru copii, animarea grupurilor de juniori şi găzduirea întâlnirilor devoţionale."[129]

Se poate vedea de aici că mai multe practici şi idealoguri bahai sunt unele care se aseamănă cu isihasmul însă după cum putem să ne dăm seama aceste asemănări nu mai

- se leagă,
- nu mai stau în picioare,
- nu mai sunt coerente
- şi nici complementare

[127] https://ro.wikipedia.org/wiki/Credin%C8%9Ba_Bah%C3%A1%27%C3%AD (accesat pe 09.05.2024).
[128] Preot Teologos https://www.chilieathonita.ro/2024/03/26/sf-grigore-palama-rationalismul-catolic-lumina-necreata-p-teologos/ (accesat pe 08.05.2024).
[129] https://bahai.org.ro/principii-si-practici/ (accesat ep 09.05.2024).

când se raportăm la Iisus ca Unul care face posibilă mântuire.

„Schimbarea la Faţă a Mântuitorului pe muntele Tabor ne-a revelat Slava Fiului lui Dumnezeu. „Izvora Slava dumnezeirii Lui şi, din toate mădularele Lui, a strălucit Lumina Lui, ne spune sfântul Efrem Sirul. Că nu a strălucit trupul Lui, ca al lui Moise, dinafară, ci dintr-Însul izvora Slava dumnezeirii Lui. Şi nu le-a arătat tot adâncul Slavei Lui, ci cât a îngăduit măsura luminii ochilor lor.(…) Şi s-a făcut muntele ca o biserică. Şi a unit, întru Sine, Iisus amândouă Testamentele, pe care le-a primit Biserica. Ne-a făcut pe noi să cunoaştem că El este Dătătorul amândurora. Un Testament a primit Tainele Lui, iar celălalt a arătat Slava lucrurilor Lui. Proorocii îi mulţumeau că profeţiile s-au împlinit prin venirea Lui. (…) S-a arătat Slava dumnezeirii sale pentru ca, după ce din morţi va învia, în Slava dumnezeirii sale, să se priceapă că nu asemenea unei răpiri sau unei câştigări a luat Slava, ci era slava Lui, de mai înainte de veci, împreună cu Tatăl şi cu Duhul Sfânt, precum a zis, când mergea spre patima cea de bunăvoie: „Părinte, proslăveşte-Mă cu Slava pe care o aveam la Tine, mai înainte de a fi lumea.”[130]

Doi sociologi discutau într-o zi.

- Ştii ce am observat?
- Ce?
- Cu cât oamenii sunt mai departe de Hristos cu atât mai mult iubesc vacarmul lumii din jur.
- De ce?
- Pentru ca să umple un gol.
- Ce gol?
- Golul pe care ei îl simt în inima lor.
- De ce?
- Fiindcă nu Îl au pe Dumnezeu.
- Se poate vorbii de un astfel de gol?
- Da.
- Cum?
- Omul este menit pentru Dumnezeu.
- Aşa este.
- Când nu Îl mai are pe Dumnezeu omul îi ratează menirea lui existenţială.
- Crezi?
- Da.
- Şi?
- Această ratare aduce cu sine un mare gol.
- În suflet?
- Da.
- Înţeleg.
- Şi pentru a îşi umple acest gol din suflet ei bine omul recurge la lumea din jur.
- Ca la un fel de alternativă?
- Da.
- Şi reuşeşte?
- Nu pe termen lung.
- Adică?
- La un moment dat se va simţii golit.
- Aşa este.
- Dar omul poate să se ridice din acest gol prin semenii lui.
- Cum?
- Îţi voi spune o întâmplare.
- Te ascult.
- Este despre faptul că de multe ori oamenii îşi vin în sine.
- Cum?
- Trebuie să fie treziţi din somnul nepăsării.
- Interesant.
- Este vorba de o întâmplare adevărată.
- Te ascult.

[130] Dan D. Iacob http://dandiacob.ro/2015/12/11/lumina-taborica-o-abordare-transdisciplinara/ (accesat pe 08.05.2024).

- În vechime era un ofițer care a trebuit să plece în război contra rușilor.
- Și?
- Mai înainte de a pleca mama lui i-a pus la gât un medalion cu Maica Domnului.
- Înțeleg.
- De ce îmi dai acest medalion cu Maica Domnului mamă?
- Să te protejeze.
- Chiar crezi că mă poate proteja?
- Da.
- Bine dacă spui tu.
- Și a ținut medalionul cu Maica Domnului?
- Da.
- Pentru mama lui?
- Da.
- Frumos.
- Ei bine ofițerul nostru a ajuns în Galiția.
- Și?
- Acolo a fost luat prizonier de ruși.
- Nu se poate.
- Ba da.
- Ești al nostru acum, i-a spus un soldat rus.
- Și?
- Din mânie i-a rupt cămașa a piept.
- Înțeleg.
- Se putea vedea acum medalionul cu Maica Domnului.
- Și?
- Ofițerul nostru se aștepta la ceea ce era mai rău.
- Păi da.
- Dar atunci ce să vezi?
- Ce?
- Soldatul rus s-a tras înapoi.
- De ce?
- A văzut medalionul cu Maica Domnului.
- Imediat toți soldații ruși s-au oprit din mișcare.
- Și?
- Unul a venit și a sărutat chipul Maicii Domnului.
- Aveau evlavie la ea?
- Da.
- Tu ești creștin ortodox?
- Da.
- Vin-o cu noi?
- Unde?
- La spital.
- Vă mulțumesc.
- Noi rușii credem în Maica Domnului.
- Și eu cred în ea.
- Foarte bine.
- Ofițerul s-a bucurat de cea mai mare grijă în spitalul unde a fost dus.
- Asta este tot?
- Da.
- Frumoasă povestea.
- Mă bucur că
- Ți-a plăcut.
- Cum să nu?[131]

[131] Din Grigorie Comșa, *1000 de pilde pentru viața creștină* (Arad, 1929).

Se poate vedea că de mai multe ori religia ajunge să schimbe relaţiile dintre oameni. La fel de bine şi isihia schimbă dispoziţia generică a sufletului nostru. „Faptul că catolicii consideră că Duhul Sfânt purcede și de la Fiul asta, pe de-o parte, Îl face pe Duhul inferior Tatălui și Fiului ca fiind singurul care are două surse de existență, iar pe de altă parte, dacă Duhul purcede și de la Fiul, atunci Fiul nu este un Fiu perfect și absolut pentru că este și puțintel Tată, iar Tatăl nu este un Tată unic și absolut exact din același motiv, că și Fiul are acest rol. Oricum am lua-o, se distruge perfecțiunea Persoanei în Sfânta Treime și prin aceasta se distruge iubirea. Ca să salveze această prostie, cel mai important teolog catolic, Toma d'Aquino, a spus că persoana este relație – cu alte cuvinte dispare iubirea și rămâne relația, raționalul. Înțelegeți?

Din cauza asta vedeți că la catolici totul este bazat pe legalism, pe rigoare, pe relații. Chiar și păcatul la ei este o relație de jignire adusă demnității lui Dumnezeu, jignire care trebuie răscumpărată, trebuie plătită. Rațional și logic gândind, catolicii au spus că dacă păcatul trebuie plătit atunci asta se face către Biserică și asta a dus în mod logic la celebrul sistem al Indulgențelor, care de la plăți ce la început erau mai spirituale, adică să spui o rugăciune sau să faci un pelerinaj, s-a ajuns – iarăși logic și rațional – la bani. Adică pentru a-ți răscumpăra păcatele trebuie să plătești bani la Biserică – în ultimă instanță Papei de la Roma care, rațional gândind, ia locul lui Hristos pentru că dacă nu există iubire în Sfânta Treime atunci Dumnezeu nu are niciun motiv să se demită, să se ocupe cu noi. Înțelegeți?"[132]

O altă religie care a fost asimilată cu isihasmul este Hare Krişna. Evident că şi această religie este una de origine hindusă. Aceasta fiindcă se consideră că este vorba de o religie

- orientală
- şi exostică.

La fel de bine se poate remarca un anumit caracter ascetic a lui Hare Krişna. „După cum sugerează și denumirea, membrii acestui cult pretind că ei sunt adevărații urmași ai lui Krishna, unul din zeii hinduși.

Cultul Hare-Krishna aparține sectei hinduse numite Vishnuism, care susține că Vishnu, zeul suprem, s-a manifestat la un moment dat prin Krishna.

Astfel, cultul este centrat pe venerarea lui Krishna, care este considerat a fi Dumnezeul universal. Aceasta este o încercare de a universaliza hinduismul. Așadar, cultul Hare-Krishna este o versiune de export a hinduismului, adaptată gusturilor din Vest.

Această religie hinduită, bazată pe credința într-o divinitate personală, are ca doctrină mântuirea prin efortul propriu, care constă, în abținerea de la comiterea „celor patru păcate primare": practicarea jocurilor de noroc; consumul băuturilor alcoolice; practicarea relațiilor extraconjugale și plăcerea actului în afara procreației; consumul cărnii de orice fel, pentru a nu se reîncarna ca animale sau ca oameni pasibili morții prin accidente."[133]

Se poate vedea aici că Hare Krişna la fel de bine promovează morala şi asceza la fel cum şti isihasmul ortodox o face. Totuşi se poate vedea că destinaţiile finală pe care o au cele două curente ascetico-mistice sunt cât se poate de diferite. „A acorda importanță pe lumea spirituală, pe cer raportat la pământ, este una; și a distruge realitatea fizică spunând despre ea că este *"iluzorie ca mirajul din deșert"*, însemnă că 1) Dumnezeu dorește să ne amăgească, printr-o lume iluzorie; 2) dacă lumea fizică este o iluzie venită din puterea eternă a lui Dumnezeu, atunci și cea spirituală este o iluzie, căci fie susținem cele două lucrări, ca fiind lucrări divine ce se susțin reciproc, fie ele cad împreună!

Ei transform realitatea fizică într-un miraj, deoarece socotesc greșite anumite păcate carnale și astfel socotesc greșit corpul omenesc, este ca și cum după ce îmbăiezi un copil, arunci și copilul cu tot cu apa murdară din vană, faptul că lumea fizică este folosită înspre rău, aceasta nu înseamnă că ea este rea, pentru că lucrurile fizice pot fi folosite și spre bine (1 Corinteni 10:31)."[134]

Deşi isihasmul şi Hare Krişna sunt ambele mişcări filosofice ne putem da seama cât de diferite sunt prin

- dogmă,
- doctrină,
- concepţie,
- mentalitate
- şi interes.

---

[132] Preot Teologos https://www.chilieathonita.ro/2024/03/26/sf-grigore-palama-rationalismul-catolic-lumina-necreata-p-teologos/ (accesat pe 08.05.2024).
[133] https://www.caleacrestina.ro/index.php/hinduism/1438-miscarea-hare-krishna-o-religie-a-mortii (accesat pe 11.05.2024).
[134] Idem.

Sunt unii care cred că fiindcă isihasmul s-a desprins în Evul Mediu din catolicism ei bine el s-a îndreptat în spre religiile orientale. „Indulgențele au scandalizat enorm, mai ales în Evul Mediu, și au fost principala cauză a revoltei protestante. Indulgențele există până azi – cunosc un catolic care seara târziu merge la baruri de noapte și la case de desfrâu și a doua zi merge la un preot catolic și dă bani ca să-și răscumpere greșelile după care se comportă ca și cum nimic nu s-ar fi întâmplat. Vă dați seama unde duce duhul rațional lipsit de iubire? Ferească Dumnezeu, fraților!

Să avem grijă să nu fim influențați și noi de asta. Păcatul se vindecă prin luptă duhovnicească și nu se răscumpără printr-un catalog de prețuri. Este adevărat că în catolicism s-au luat demult măsuri pentru stoparea acestor indulgențe bazate pe bani, însă acest mod de gândire există până azi, după cum v-am demonstrat."[135]

Faptul că meditația ocupă un rol important în isihasm i-a făcut pe mai mulți să facă o parelelă cu Meditația Transcedentală. Ce este Meditația Transcedentală?

„Meditația transcendentală (sau MT) este o tehnică de a dobândi pacea interioară și reînnoirea spirituală prin concentrarea la o mantra care să fie repetată în liniște. În timp ce mintea se „așază", practicantul poate „transcende" și să intre într-o stare de beatitudine și liniște.

Practicarea meditației transcendentale își are rădăcinile în hinduism. A pornit din India, unde a fost prezentată de către un guru (sau maharishi), Mahesh Yogi, pe baza interpretării tradițiilor vedice hinduse. Maharishi a început să-i învețe pe oameni această practică în anii '50, și de atunci a devenit una dintre tehnicile de meditație cele mai larg căutate și practicate. Studiile științifice, inclusiv cele făcute de American Cancer Society, au ajuns la concluzia că meditația transcendentală nu are niciun efect dovedit asupra bolii. Totuși, mulți oameni care practică meditația transcendentală raportează o relaxare sporită și o mai bună înțelegere de sine.

Deși meditația transcendentală a fost numită și religioasă și nereligioasă, asemănările dintre practicarea meditației transcendentale și practicarea ritualurilor religioase de rugăciune nu pot fi negate. Poziția de bază pentru meditația transcendentală este așezat pentru 15-20 de minute, cu ochii închiși, repetând o mantra sau pur și simplu golindu-ți mintea de gânduri. În comparație cu rugăciunea musulmană, care are o poziție prescrisă și o repetiție verbală, sau cu rugăciunile practicate de unii creștini, care pot include un cuvânt sau o frază repetate și obligația de a îngenunchea sau de a sta într-o anumită poziție, asemănările sunt evidente. Din cauza asemănării cu rugăciunea religioasă și a aparentei apelări la ceva mai presus de sine pentru vindecare, meditația transcendentală a fost numită religioasă. Pe de altă parte, în creștinism sau în islam, rugăciunea e adresată unui Spirit Divin și adesea include cerere, pe când practica meditației transcendentale golește mintea și nu face apel la niciun dumnezeu, și acesta este în parte motivul pentru care practica a fost numită nonreligioasă."[136]

Deși meditația este comună atât isihasmului cât și Meditației Transcedentale ei bine ele sunt cât se poate de diferite ca

- metodă,
- scop
- și mijloace.

Este adevărat că între religii sunt mai multe lucruri care se aseamănă însă acest lucru nu înseamnă că ele sunt identice.[137]

„Nu e clar ce se întâmplă cu trupul și cu mintea în timpul meditației transcendentale. Cercetările continuă, dar până acum există numai dovezi experiențiale, mai degrabă decât științifice vizavi de beneficiile meditației transcendentale. Aceasta nu înseamnă că meditația transcendentală nu are niciun efect, ci numai că medicina Vestică nu are o cale prin care să le măsoare. Meditația transcendentală e în mod inerent o practică spirituală și depinde de lumea metafizică. Metodele științifice depind de lumea fizică sau naturală, și nu e surprinzător că sunt ineficiente în studierea lumii metafizice sau supranaturale.

Biblia nu are nimic de spus propriu-zis despre meditația transcendentală, dar are câteva lucruri de spus despre minte care pot fi de folos în a decide dacă să practici sau nu meditația transcendentală. Biblia arată clar la ce să meditezi: nu la un cuvânt sau la o propoziție fără înțeles, ci la Cuvântul lui Dumnezeu. Omul care „cugetă la Legea Lui zi și noapte" e binecuvântat (Psalmul 1.2). Pacea este o roadă a Duhului Sfânt (Galateni 5.22). Pacea nu se găsește în golirea minții cuiva, ci în umplerea minții cu Cuvântul lui Dumnezeu.

---

[135] Preot Teologos https://www.chilieathonita.ro/2024/03/26/sf-grigore-palama-rationalismul-catolic-lumina-necreata-p-teologos/ (accesat pe 08.05.2024).
[136]https://www.gotquestions.org/Romana/meditatia-transcendentala.html (accesat pe 11.05.2024).
[137]A se vedea Doina Jelea, *Afacerea Meditația Transcendentală* (București, 2004).

De asemenea, fixarea minții la lucrurile carnale e moarte, pe când fixarea ei asupra Duhului Sfânt e viață și pace (Romani 8.5-6). Cei care practică meditația transcendentală își fixează mintea la propriul duh, privind în ei înșiși pentru a trece dincolo de ei, în loc să privească la Duhul Sfânt al lui Dumnezeu. Avertizarea cu privire la fixarea minții asupra cărnii nu înseamnă că trupul e rău sau că a te gândi orice lucruri cu privire la sine e automat ceva rău. Biblia pur și simplu ne avertizează cu privire la goliciunea inerentă cărnii umane – incapacitatea ei de a da viață. Căutarea din mintea cuiva – sau golirea minții de toate gândurile – poate duce la amorțire sau la o evadare temporară din realitate, însă meditația transcendentală nu aduce și nu poate aduce adevărata pace. Ea privește la duhul creaturii umane și la creație, care sunt în mod inerent limitate în putere. Numai Duhul dinamic, dătător de viață al lui Cristos, Creatorul, poate crea în noi adevărata pace, bucurie, sănătate și viață."[138]

Unii la fel de bine au voit să vadă mai multe asemănări dintre isihsm și practicile budiste. Ştim că budismul s-a născut în India odată cu momentul în care prințul Sidarta Gautama s-a desprins de hinduismul indian și a venit cu o religie proprie în urma unei iluminări sub un dud.

„În religia budistă oricine se trezește din „somnul ignoranței", experimentând o relație nemijlocită cu realitatea, fără să fi fost instruit de cineva, și predică învățăturile sale celorlalți este numit buddha. Toți budiștii tradiționali sunt de acord că Buddha Shakyamuni sau Gautama Buddha nu a fost singurul buddha: se crede că au existat mulți buddha înaintea lui și că vor exista și viitori buddha de asemenea. Dacă o persoană obține "trezirea", fără ca neapărat să o și predice comunității, el sau ea devine arhat (limba sanscrită) sau arahant (limba pali). Siddhartha Gautama este unic între ceilalți buddha care au existat și vor exista, deoarece învățăturile lui se concentrează asupra acestui tip de trezire, numit și „eliberare" sau Nirvana.

O parte din doctrina promovată de Gautama Buddha cu privire la viața sacralizată și scopul eliberării are la bază "cele patru adevăruri nobile", care analizează structura și originea „durerii" (dukkha), un termen care face referire la suferința și neîmplinirea caracteristică omului "ne-trezit", "ne-eliberat", aparținând lumii mundane. Ultimul din cele patru adevăruri nobile, cel care vizează modul de stopare a durerii, cuprinde "drumul sfânt cu opt cărări", unul din fundamentele vieții morale budiste.

Numeroase grupuri distincte s-au dezvoltat de la moartea lui Buddha, având diverse învățături, percepții filosofice, moduri de celebrare a cultului etc. Cu toate acestea, există câteva doctrine comune pentru majoritatea școlilor și tradițiilor budiste, cu toate că doar Theravada le consideră pe toate centrale. S-a constatat că în legătură cu comunitățile budiste se pot face puține generalizări."[139]

La fel ca în cazul Meditației Transcendentale se pot găsii mai multe puncte comune dintre isihasm și budism dar în cele din urmă vorbim de două religii cât se poate de diferite. Aceasta fiindcă trebuie să știm că budismul are mai multe puncte care nu se pot reconcilia cu isiasmul:

- nirvana sau contopirea cu nimicul,
- samsara sau ciclul naşterilor și morților din această lume,
- reîncarnarea
- obsesia suferinței

sunt lucruri care nu au mai nimic de a face cu isisamul.

„Gautama Buddha descrie intrarea în Nirvana prin termenii "lipsa de moarte" (pali: *amata* sau *amaravati*) sau "necondiționarea" și consideră că este desăvârșirea spirituală supremă, rezultatul firesc al cuiva care trăiește în armonie cu învățăturile budiste, cu *dharma*.

Nirvana reprezintă starea în care este nimicită suferința și în care omul se debarasează de ciclul reîncarnărilor, de orice apariție, dispariție sau transformare. Prin prisma Nirvanei, omul privește cele cinci "agregate" ale existenței sale ca pe ceva impropriu și devine indiferent la schimbarea sau anihilarea lor. Relația dintre *samsara* și Nirvana este cea dintre iluzie și realitate; prin distrugerea samsarei nu se pune capăt unei entități existente ci unei aparențe, prin volatilizarea căreia se lasă loc manifestării depline a "adevărului". Nirvana este un "neant", cu toate că în diferite credințe populare ea se materializează sub forma unui spațiu paradiziac."[140]

Este evident că isihasmul vorbește de o liniștire a omului în unirea cu Hristos în timp ce budismul vorbeşte vorbeşte de nirvana care este mai mult o contopire cu nimicul marelui tot.

S-a spus de mai multe lume că budismul este în esența lui o religie nihilistă fiindcă crede în inevitabilitatea nimicului.

138https://www.gotquestions.org/Romana/meditatia-transcendentala.html (accesat pe 11.05.2024).
139https://ro.wikipedia.org/wiki/Budism (accesat pe 11.05.2024).
140 Idem.

„Majoritatea surselor budiste ce vorbesc despre Nirvana o descriu prin propoziții negative, pentru că afirmațiile ar putea limita sau defini greșit realitatea, în timp ce negațiile îi redau cu fidelitate infinitudinea și absolutul. Unul din termenii caracteristici Nirvanei este "Śūnyatā", adică "vid", "vacuitate". Așadar Nirvana este un "Nimic absolut", un contrariu al lumii pe care o percepem. De asemenea ea este o întrupare a non-diferenței, a non-distincției, ea transcende orice opoziție, fiind un spațiu al "autoidentității contradictorii" (*coincidentia oppositorum*)."[141]

Doi creştini ortodocşi discutau într-o zi.

- Ştii ce?
- Ce?
- Am auzit zilele astea de isihasm.
- Și?
- Ce este isihasmul?
- Literal înseamnă liniştire.
- De ce?
- Fiindcă pentru a se unii cu Hristos omul trebuie să aibă sufletul liniştit.
- Nu se poate altfel?
- Nu.
- De ce?
- Poţi să te concentrezi în gălăgie?
- Nu.
- Ei vezi la fel este şi cu isihasmul.
- Nu eram conştient de acest lucru.
- Tu m-ai întrebat.
- Evident.
- Acum eşti lămurit?
- Într-un anume fel.
- Ce nu ai clar?
- Pentru a te unii cu Hristos tot ceea ce trebuie să faci este să te linişteşti?
- Nu.
- Atunci?
- Trebuie să duci un mod e viaţă creştin ortodox.
- Adică?
- Este importantă liniştea în unirea cu Hristos dar mai sunt necesare şi alte lucruri.
- Cum ar fi?
- Educaţia.
- Educaţia?
- Da.
- Adică?
- Cei mai mari isihaşti au provenit din familii exemplare.
- Contează familiile?
- Da.
- De ce?
- Cei mai mulţi mari sfinţi creştin ortodocşi au avut mama eroine.[142]
- Nu ştiam acest lucru.
- Ar fi bine să îl ştii.
- Și până la ce nivel contează o mamă creştin ortodoxă?
- În formarea unui isihast?
- Îţi voi spune.
- Chiar te rog.
- Este vorba de o întâmplare adevărată.
- Da?
- Da.

141 Ibidem.
142A se vedea Atansie I Skarmoghiani, *Mamele eroine ale sfinților trei ierarhi* (Galați, 2012).

- Păi spune.
- Era un student român excepţional.
- Şi?
- Fiindcă era foarte bun i s-a oferit o oportunitate.
- Care?
- Să studieze la Paris.
- Ce frumos.
- Aşa este.
- Ei bine acest student merituos a fost crescut aşa de mama lui.
- Îmi dau seama.
- Şi mai este ceva.
- Ce?
- Acest student de mai multe ori o putea vedea pe mama lui.
- Cum?
- Când făcea ceva bine avea impresia că o vede pe mama lui cum îi surâde.
- Da?
- Da.
- Interesant.
- I-a scris despre acest lucru unui prieten din România.
- Ce i-a spus?
- Eu trăiesc în prezenţa reală a mamei mele. Când sunt bun, când sunt în comunicare cu Dumnezeu, văd că ea îmi surâde de departe. Câte odată, în rugăciunile mele, cred a auzi rugăciunea ei însoţind pe a mea, ca şi cum am face seara împreună în faţa Icoanei Prea Curate.
- Minunat.
- Aşa este.
- Nu ştiam că mamele sunt aşa de importate în viaţa creştin ortodoxă.
- Sunt.
- Acum devin şi eu conştient.
- Foarte bine.
- Eu credeam că în faţa lui Hristos suntem pe cont propriu.
- Nu, în nici un caz.
- Şi zici că sfinţii isihiaşti au avut mame exemplare?
- Da.
- Dar dacă mama ta nu este chiar exemplară?
- Tot poţi să devii un isihast.
- Chiar?
- Da.
- Dar mai greu nu?
- Evident.
- Mă bucur că suntem de acord.
- Păi cum să nu fim?
- Ceea ce contează pentru noi creştinii ortodocşi este să ajungem la consens.
- Aşa este.
- Mamele evident că ne pot uşura calea spre isihie.
- Dacă ne cresc ortodox?
- Da.
- Doar că sunt mai multe mame care nu o prea fac.
- Asta este trist.
- Aşa este.
- Mă bucur că am avut acest dialog cu tine.
- A fost de folos?
- Foarte mult.
- Mă bucur că am fost de ajutor.[143]

---

[143] Din Grigorie Comşa, *1000 de pilde pentru viaţa creştin ortodoxă* (Arad, 1929).

Educația morală primită în familie este de mare ajutor pentru isihastul creştin ortodox care caută să se mântuiască prin linişte şi pacea sufletului. Aceasta mai ales în contextul în care sunt din ce în ce mai mulţi care Îl văd absent pe Dumnezeu din creaţie. „Ceea ce, însă, ne influențează și mai mult pe noi este ideea catolică care spune că Dumnezeu ne-a părăsit și s-a retras în Cer. Lucrul este logic pentru un Dumnezeu legalist, rațional, lipsit de iubire. Nu-L interesează pe El de oameni. Această idee spune că datorită faptului că Dumnezeu este perfect trebuie să fie perfect fericit; ca să fie perfect fericit trebuie să vadă – să contemple – doar entități perfecte pentru că dacă ar vedea ceva nedesăvârșit – adică pe oameni – ceva strâmb atunci I-ar scădea fericirea pentru că El nu are iubire. Ei, și cine este perfect? Doar El însuși. Deci conform acestei idei Dumnezeu este retras, plecat în Sferele Astrale și ne-a lăsat pe noi aici singuri pe pământ de izbeliște să ne descurcăm. A dat niște supramerite Papei care în această viziune este locțiitorul lui Dumnezeu pe pământ, locțiitor care administrează după bunul său plac."[144]

CONCLUZII

Cartea noastră despre isihastul creştin ortodox vine pe fondul unei anumite reticenţe la nivel laic şi lumesc cu privire la isihasm în genere. Când afli despre cineva că practică ishiasmul în zilele noastre pare ceva

- exotic,
- neobişnuit,
- ciudat
- străin
- şi anacronic.

Acesta fiindcă sunt foarte puţini în lumea noastră care ştiu exact ce este ishiasmul. Am încercat să prezentăm că de fapt isihasmul este mult mai uşor de practicat decât se crede.

Am vorbit în această carte că prin rugăciunea lui Iisus isihasmul poate să fie practicat în zgomotul şi larma marilor metropole şi aduce numai beneficii. „Bucuria vederii luminii necreate nu este apanajul unei anumite categorii de oameni. Călugări, preoţi, mireni, adulţi, copii, femei sau bărbaţi, oameni simpli sau oameni cu o cultură deosebită, indiferent de naţionalitate, toţi suntem chemaţi de Dumnezeu să intrăm în împărăţia cerurilor care poate fi pregustată şi trăită încă din timpul vieţii pământeşti prin împărtăşirea de lumina necreată.

Deşi toţi suntem chemaţi, foarte puţini dintre noi ajungem să ne bucurăm în viaţa aceasta de vederea luminii necreate. Şi mai puţini sunt cei care au curajul de a mărturisi public o astfel de bucurie. În documentarea pe care am făcut-o printre cărţile citite a fost şi cartea „Mari duhovnici români despre rugăciune", o colecţie de cuvântări despre rugăciune ale unor nume răsunătoare ale ortodoxiei româneşti: arhimantrit Cleopa Ilie, arhimandrit Teofil Părăian, arhimandrit Arsenie Papacioc, arhimandrit Mina Dobzeu, arhimandrit Sofian Boghiu, ieroschimonah Paisie Olaru, arhimandrit Iachint Unciuleac, arhimandrit Dometie Manolache, ieroschimonah Sandu Tudor. Aveam mare nădejde că voi găsi numeroare mărturisiri ale experimentării în rugăciune a luminii necreate. Spre surprinderea mea nu am găsit măcar una. Sunt convins că toţi aceşti mari duhovnici au avut bucuria vederii luminii necreate dar smerenia i-a împiedicat să mărturiseacă public asemenea trăiri. Am înţeles că îmi va fi foarte greu să găsesc astfel de mărturii."[145]

Am vorbit în această carte că sunt două categorii de isihaşti:

1. isihaşti profesionşti (ca Sfântul Grigorie Palama sau Sfântul Paisie Velicikovski)
2. şi isihaşti amatori.

Isihaştii amatori sunt toţi creştinii ortodocşi care iubesc liniştea şi caută pacea sufletului. Psihologia modernă ne arată că

- neliniştea,
- anxietatea
- şi disperarea

sunt stări din ce în ce mai des întâlnite în lumea noastră.[146]

Ceea ce am voit să prezentăm în această carte este că mai multe dintre afecţiunile psihologice şi psihice ale vremurilor noastre au loc fiindcă omul de azi nu îşi mai găseşte liniştea sufletului. Ştim foarte bine ce

[144] Preot Teologos https://www.chilieathonita.ro/2024/03/26/sf-grigore-palama-rationalismul-catolic-lumina-necreata-p-teologos/ (accesat pe 08.05.2024).

[145] Siluan Popescu https://www.sfantulilie.com/vederea-luminii-necreate-de-catre-traitori-din-spatiul-crestin-ortodox-romanesc/ (accesat pe 08.05.2024).

[146] A se vedea David A. Clark şi Aaron T. Beck, *Terapia cognitivă a tulburărilor de anxietate. Știința și practica* (ASCR, 2012).

înseamnă această lipsă de linişte a sufletului care poate chinuii mai rău decât o boală trupească. Ieromonahul Lavrentie spunea în acest sens: „învățătura palamită sau isihastă constă în două principii de căpătâi: (1) Dumnezeu nu poate fi cunoscut şi prins în ființa Lui, ci doar prin lucrările Sale, care (2) sunt necreate, veşnice. Împotriva ereticilor Varlaam, Akindin şi Nichifor Gregora, care afirmau că Dumnezeu ne face cunoscută natura Lui prin idei şi imagini create, prin concepte omeneşti, Sf. Grigorie Palama a opus învățătura patristică a lucrării necreate a lui Dumnezeu în sufletul omenesc. Suntem înzestraţi cu capacitatea de a intra în contact, în atingere cu veşnicia lui Dumnezeu, fapt care ne scoate din limitările create şi ne ridică înapoi în rai, ne scoate din stricăciunea păcatului, ne mântuieşte. Niciodată nu vom putea ajunge la ființa lui Dumnezeu, care este mai presus de orice lucru creat, dar ne putem împărtăşi de bunătatea, dreptatea, dragostea, viața Lui, care sunt veşnice, ne fac asemenea Lui, ne îndumnezeiesc prin harul, adică prin darul Lui.

Aceste aspecte teoretice au fost definite concis în principal în cadrul disputelor isihaste din anii 1341-1351, dar ele reflectă experiența şi trăirea ascetică a Bisericii dintotdeauna şi nu doar la nivel teoretic, ci mai ales practic, făptuitor. În continuare, va fi ilustrată această comoară a vieţuirii ortodoxe prin puţine exemple punctuale din cuvintele şi viețile unor Sfinţi. Pe lângă bine-cunoscuta învăţătură generală a Sf. Serafim de Sarov despre dobândirea Duhului Sfânt şi călăuzirile Sf. Teofan Zăvorâtul, există o bogăție de alte mărturii ale Părinţilor despre lucrarea harului în suflet din care pot fi alese îndrumări pe măsură."[147]

Isihasmul nu este o psihologie strict empirică deşi el aduce mai multe
- rezultate
- şi reuşite

în plan psihologic.

Ceea ce au putut vedea isihaştii este că liniştea sufletului nu este un lucru care vine de la sine după cum crede mai multă lume. De mai multe ori ajungem să ne pierdem liniştea sufletului şi trebuie să o recâştigăm. Ei bine sfinţii isihaşti sunt unii care primim scrierile lor ne spune cum putem să recâştigăm şi cum să menţinem pacea sufletească.

Iată ce spunea părintele Teofil Pârâian în acest sens: „Părinte, un călugăr mi-a zis: Să te linişteşti şi abia apoi să spui rugăciunea minţii. Nu o avut dreptate. Rugăciunea minţii nu are o regulă. Să ţineţi minte de la mine şi să nu uitaţi niciodată: rugăciunea „Doamne Iisuse Hristoase" este o rugăciune a tuturor celor care vor s-o facă. Nu există nici o piedică în calea rugăciunii, ci este o metodă de îmbunătățire sufletească, o metodă de a fi în legătură cu Dumnezeu.

La mine o venit un călugăr, Dumnezeu să-i ajute, şi-o zis că el când se roagă îşi acoperă ceasul cu o pernă ca să nu-l audă, că-l scoate din linişte. Şi-am zis: „Măi frate, trebuie să ai linişte şi când auzi un tractor lângă tine, nu numai un ceas." Nu zici „Doamne Iisuse" pentru că te-ai liniştit, ci ca să te linişteşti.

De-a lungul vieţii mele, din 1942 încoace, deci vreme de 59 de ani, n-am întâlnit pe nimeni despre care să fiu încredinţat că m-ar putea ajuta datorită experienţei pe care o are. Chiar şi cei socotiţi ca fiind duhovnicii cei mai mari din ţara noastră, când i-am întrebat despre rugăciune, mi-au spus ceea ce puteam să aflu eu însumi din cărţi, pentru că mi-au pus înainte citate din învăţăturile Părinţilor care au fost preocupaţi de această lucrare. Şi mai adaug ceva: n-am întâlnit pe nimeni despre care să am încredinţarea că practică la măsuri mari „Rugăciunea lui Iisus." Eu încă nu am conştiinţa, acum la şaptezeci de ani, că m-am întâlnit cu cineva care are rugăciunea de toată vremea şi care este un adevărat isihast. Nici în ţară, nici în altă parte, câţi oameni am cunoscut."[148]

Este adevărat că sunt mai mulţi iubitori de linişte însă trebuie să ştim că liniştea este propovăduită de mai multe religii ale lumii. Am vorbit în această carte de mai multe curente religioase care au anumit puncte comune cu isihasmul însă se poate vorbii de o unicitate a isihasmului creştin ortodox.[149]

Prin urmare isihasmul nu este o teorie ultra-sofisticată ci mai mult o practică concretă prin care putem
- să ne desăvârşim
- şi să ne iluminăm.

Isihasmul este dulce şi vom ajunge să simţim dulceaţa lui pe măsură ce vom face mai mult Rugăciunea lui Iisus şi vom căuta să fim mai împăcaţi
- cu lumea din jur
- şi cu noi înşine.

---

[147]Ierominahul Lavrentie https://theodosie.ro/2023/03/12/harul-dumnezeiesc-prezenta-in-lumina-necreata-a-lui-dumnezeu-in-biserica/ (accesat pe 08.05.2024).

[148] Arhimandritul Teofil Părăian, *Veniţi de luaţi bucurie,* Editura Teognost, Cluj-Napoca, 2001, p. 134 apud https://ortodox.md/nu-zici-doamne-iisuse-pentru-ca-te-ai-linistit-ci-ca-sa-te-linistesti/ (accesat pe 08.05.2024).

[149]A se vedea Jean Yves LeLoup, *Scrieri despre isihasm* (Editura Firul Ariadeni, 2005).

Iată ce spunea Sfântul Calist Angelicoudes despre isihaşti: „isihia, în chip vădit, este fuga de cele sensibile şi apropierea de cele inteligibile şi de aceea înseamnă apropiere de Dumnezeu. „Iată, m-aş îndepărta fugind şi m-aş sălăşlui în pustiu". Şi scopul: „Aşteptat-am pe Domnul, Cel ce mă mântuieşte". Şi David, acest om sfânt, istoriseşte în treacăt cele ce se întâmplă în cetate, vrednice de osândă, şi le numeşte pe cele de acolo puţinătate a sufletului şi vifor. Şi cu adevărat, este greu să scapi de primejdia păcatului, fiind în mijlocul lumii, ca să nu spun, în mijlocul demonilor.

Mare şi cumplit este războiul demonilor în lume căci acest război se poartă, şi nu în mică măsură, prin conlucrarea simţurilor. Iar pentru cei care s-au aşezat departe de cele sensibile, şi care luptă să înăbuşe în ei înşişi orice percepţie sensibilă, condiţiile războiului diferă mult, cât timp războiul celui ce s-a îndepărtat de lume este mai mic decât al celui care iese în întâmpinarea lui şi cade în mâinile vrăjmaşilor. De aceea, fugind şi depărtându-se, retrăgându-se în pustie şi sălăşluindu-se acolo, sfântul bărbat strigă, învăţându-ne pricina pentru această vrednică de laudă fugă, şi adaugă astfel: „De multă negură sunt pline cele din lume, multe sunt prilejurile de a păcătui şi greu este în lume războiul împotriva demonilor, si mai înainte chiar de a cunoaşte bine uneltirea lor, strică, prin stăpânirea pe care o au, mintea multora. De aceea «m-aş îndepărta fugind şi m-aş sălăşlui în pustiu», ca să nu fiu prins în laţurile încurcate ale diavolului şi în meşteşugirile lui sucite. Căci ştiu că «dacă nu mă vor stăpâni, atunci fără prihană voi fi şi mă voi curăţi de păcat mare şi vor bineplăcea cuvintele gurii mele şi cugetul inimii mele înaintea Ta pururea, Doamne, ajutorul meu şi izbăvitorul meu»". Apoi, îmbrăţişând această condiţie a fugii de lume şi a isihiei, şi împlinind curăţirea de păcate, voi ajunge la „cugetul inimii mele înaintea Ta pururea, Doamne" asemenea cu „aşteptat-am pe Dumnezeu, Cel ce mă mântuieşte". Căci faptul de a nu-ţi întoarce mintea spre nimic altceva decât numai spre Dumnezeu, precum a arătat cuvântul meu, ţine de starea de curăţie, sau, mai degrabă, este vorba despre lucrarea luminătoare şi desăvârşitoare."[150]

Sunt mulţi care cred că de fapt isihasmul este o formă de encratism (adică de ură faţă de lume) fiindcă cei mai mulţi isihaşti au fugit de lume. Trebuie să înţelegem lucrurile cât se poate de bine: isihastul nu fuge de lumea în sine – fiindcă ştie că este creaţia lui Dumnezeu – ci mai mult fuge de

- larma,
- gălăgia,
- zgomotul
- neliniştea
- şi anxietatea

din lume.[151]

„Una din metodele fundamentale de vindecare a sufletului este **liniştea**, în cel mai deplin sens al cuvântului. Omul contemporan caută tămăduirea aşezării sale lăuntrice, în special pentru că e hărţuit şi suprasolicitat. Lumii noastre descurajate, obosite şi confuze, **Ortodoxia** îi îmbie perspectiva de a dobândi liniştea. Consider că tradiţia ortodoxă conţine învăţături preţioase în această privinţă. În cele ce urmează, voi continua expunerea despre importanţa isihiei şi a isihasmului pentru vindecarea sufletului, a minţii, a inimii şi a raţiunii; nutresc convingerea că **isihia** şi isihasmul sunt cele mai eficiente medicamente care ajută la dobândirea sănătăţii lăuntrice.

Întrucât **pierderea liniştii** creează mari dificultăţi omului: tensiuni interioare de nesuportat, anxietate, nesiguranţă, şi derivatele acestora – **bolile trupeşti şi sufleteşti** –, vom examina principala lor cauză, care este anti-isihasmul. Deşartele vânturi anti-isihaste care suflă necontenit asupra lumii moderne, distrugând-o aproape întru totul, bântuie pretutindeni în zilele noastre, reprezentând cauza tulburărilor existenţiale şi funcţionale cu care ne confruntăm la fiecare pas. În timp ce isihia (liniştirea) constituie o metodă psihoterapeutică de vindecare a omului, anti-isihasmul atrage după sine îmbolnăvirea trupului şi a sufletului."[152]

Bolile sufleteşti ale lumii de azi sunt multe şi isihasmul este o metodă de vindecare a acestor axietăţi care devin din ce în ce mai obsesive.

Ishiasmul este un leac al sufletului ce îl putem folosii atunci când avem nevoie. Totuşi nu trebuie mai apoi imediat să îl dăm uitării.

---

150 Sfântul Calist Angelicoudes**,** *Trei Tratate Isihaste*, Editura Doxologia, Iași, 2012, pp. 164-165 apud https://doxologia.ro/ce-este-isihia (accesat pe 08.05.2024).

151 A se vedea Răzvan Bucuroiu, *Răspuns la nebunia lumii. Convorbiri duhovnicești cu părintele Valerian Pâslaru* (Editura Lumea Credinței, 2023).

152 Mitropolitul Hierotheos Vlachos**,** *Psihoterapia ortodoxă: știința Sfinților Părinți*, traducere de Irina Luminița Niculescu, Editura Învierea, Arhiepiscopia Timişoarei, 1998, p. 359 apud https://doxologia.ro/linistirea-interioara-metoda-de-vindecare-sufletului (accesat pe 08.05.2024).

Iată ce spunea părintele Arsenie Papacioc în acest sens: „Dragă, **nu vorbim de isihasm în societate, unde ne stau cozonacii pe masă**. Isihasmul este o viață deosebit de înaltă, care se trăiește într-o retragere totală, unde poți să duci o viață de postire și de neamestec cu frământările acestea omenești; să te controlezi pe tine până la sânge și până în măduva oaselor; să fii un paratrăsnet pentru toți dracii care încearcă să te abată de la rugăciune.”[153]

Două mame creștin ortodoxe discutau într-o zi.

- Știi ce am remarcat?
- Ce?
- Sunt din ce în ce mai neliniștită.
- De ce?
- Grijile.
- Ce este cu ele?
- Mă asediază.
- Înțeleg.
- Ce să fac?
- Faci un lucru bun că vorbești cu mine.
- De ce?
- Fiindcă te ajută să de descarci.
- Crezi?
- Da.
- De ce?
- Foarte multe dintre maladiile sufletești ale lumii de azi provin din lipsa de comunicare.
- Adică?
- Oamenii preferă să nu mai comunice.
- Să țină totul în ei?
- Da.
- Și eu am simțit acest lucru de mai multe ori.
- Nu este bine.
- Știu.
- Asta este bine.
- Știi ce am problematizează?
- Ce?
- Am început să devin conștientă de un lucru.
- Care?
- Copii mei vor un exemplu în mine.
- Așa este.
- De multe ori simt că nu sunt la înălțimea chemării.
- De ce?
- Mă simt slabă.
- Asta se mai întâmplă.
- Da?
- Da.
- Și ce este de făcut?
- Să nu uiți un lucru.
- Care?
- Că îți iubești copii.
- Sigur că îi iubesc.
- Păi fiindcă îi iubești trebuie să fie toate pentru ei.
- Crezi că se poate?
- Da.
- Cum?
- Îți voi spune.

[153]*Ne vorbește Părintele Arsenie*, volumul al III-lea, ediția a II-a, Editura Mănăstirea Sihăstria, 2010, p. 86A apud https://doxologia.ro/despre-isihasm-nu-se-vorbeste-cu-cozonacii-pe-masa-el-se-traieste-taina (accesat pe 08.05.2024).

- Te rog.
- Tu de marele învăţat englez Carlyle ai auzit?
- Nu.
- Ştii ce spunea el?
- Nu.
- El spunea aşa.
- Ce?
- Mama mea nu a fost nici bogată şi nici o mare erudită.
- Şi era dezamăgit?
- Nu.
- Cum?
- Carlyle spunea că tot ceea ce vorbeşte bine o face din pricina mamei lui.
- Cum?
- Simţea că mama lui este prezentă şi îl motivează spre bine.
- Chiar şi când nu era de faţă?
- Da.
- Deci el simţea că mama lui vorbea prin el?
- Da.
- Frumos.
- Aşa este.
- Şi mai este ceva?
- Ce?
- Tu de marele savant roman Varro ai auzit?
- Nu.
- Ştii ce spunea el?
- Nu.
- Că a făcut o călătorie în Ilyria (Balcanii de azi).
- Şi?
- Acolo a rămas uimit de ce a văzut?
- Ce?
- A putut vedea femei care purtau 6 sarcini de lemne pe spate iar pe braţe purtau unul sau doi copii.
- Ce frumos.
- Aşa este.
- Mame eroine.
- Aşa este.
- Deci vezi sunt multe mame de excepţie.
- Aşa este.
- Dacă vei căuta şi tu în sufletul tău vei găsii puterea să fi o mamă exemplu.
- Crezi?
- Da.
- Nu ştiu ce să spun.
- Să ai încrede în Dumnezeu.
- Încerc.
- Totul este mai uşor cu Dumnezeu.
- Am mai auzit asta.
- Este un adevăr foarte cunoscut.
- Aşa este.
- Te simţi mai bine acum că am discutat?
- Da.
- Mă bucur.
- Voi încerca să fiu mama de care au nevoie copii mei.
- Foarte bine.
- Aşa este.[154]

[154] Din Grigorie Comşa, *1000 de pilde pentru viaţa creştină* (Arad, 1929).

Mamele sunt importante în formarea noastră morală şi creştină. Totuşi isihasmul nu trebuie să îl învăţăm exclusiv numai de la mamele noastre. Iată ce spunea în acest sens mitropolotul Ierotheos Vlachos: „Liniştea trupului implică limitarea grijilor faţă de trup: „începutul liniştirii este ieşirea din lucruri şi din griji", spune **Sfântul Grigorie Sinaitul**. Stadiul intermediar „este puterea luminătoare, iar sfârşitul este extazul şi răpirea minţii la Dumnezeu". Aceeaşi idee o împărtăşea şi **Sfântul Ioan Scărarul**: „Iubitorul de singurătate şi linişte şi-a ferecat gura".

Aşa-numiţii Părinţi „neptici" nu sunt singurii care descriu atmosfera sfântă a isihiei; şi Părinţii cunoscuţi sub numele de „comunitari" se referă la isihie în aceiaşi termeni. De fapt, în tradiţia ortodoxă nu există niciun fel de opoziţie între teorie (theoria) şi practică (praxis), sau între Părinţii neptici şi cei comunitari: Părinţii neptici sunt prin excelenţă comunitari, iar cei care trăiesc într-o comunitate sunt prin excelenţă neptici.

Sfântul Vasile cel Mare este un exemplu elocvent al felului în care lucrează sfânta isihie asupra omului. Într-o scrisoare adresată prietenului său, **Sfântul Grigorie Teologul**, el vorbeşte despre isihie, în general, ca despre un început al purificării sufletului, iar despre isihia trupului ca despre înfrânarea limbii, a privirilor, a grăirilor deşarte şi a auzului: „începutul absolut al curăţirii sufletului este liniştirea, întru care limba nu se dedă grăirilor despre cele ale oamenilor, nici ochii nu contemplă obrajii cei sulemeniţi sau trupurile cele atrăgătoare, nici urechile nu se pleacă spre îndulcirea glasului sau spre ascultarea cântecelor desfătătoare sau a vorbelor rostite de «înţelepţii» acestei lumi sau de bufoni – o deprindere care caută, mai presus de toate, să liniştească cele ale sufletului"."[155]

Isihasmul nu este o doctrină care este adresată numai unui cerc restrâns de iniţiaţi însă trebuie să ştim că cei care au perfecţionat isihasmul şi l-au dus la culmile sale au fost sfinţii isihaşti. Isihaştii sunt prin urmare oameni care iubesc lumea dar nu se pot adapta foarte bine la

- vacarmul
- şi gălăgia

din ea.

Sunt şi unii care vor să fie numai cu Dumnezeu şi ajung să se retragă din lume în pustie. Acest lucru nu este însă o regulă universală fiindcă am spus că sunt şi unii care ajung la isihie în mijlocul lumii. „O apoftegmă din *Pateric* povesteşte despre vizita episcopului Teofil al Alexandriei la monahii din pustie. Doritori să-l impresioneze pe înaltul oaspete, fraţii care se adunaseră i-au cerut avvei Pamvo: „Spune-i papei un cuvânt de zidire". Bătrânul le-a zis: „Dacă nu-l zideşte tăcerea mea, nu-i va folosi nici cuvântul meu".

Aceasta este o istorioară emblematică, întrucât ne arată marea importanţă pe care tradiţia vieţuirii pustniceşti o acordă *isihiei*, liniştirii şi tăcerii. „Dintre toate virtuţile, Dumnezeu a ales isihia", spune o altă apoftegmă. „Aşa cum o apă mâloasă nu se limpezeşte dacă o tulburi mereu, nu poţi deveni monah fără isihie", precizează Sfântul Nil din Ancira. Isihia are o semnificaţie care depăşeşte cu mult un simplu mutism. Ea poate fi înţeleasă în mai multe feluri, după adâncimea lăuntrică a fiecăruia."[156]

Sperăm că această carte se vrea mai mult o invitaţie şi o introducere la tematica isihasmului.

Ceea ce este clar este că lumea de azi are nevoie de isihaşti fiindcă din linişte se nasc multe lucruri bune dintre care poate cel mai concret este o relaţie sănătoasă cu Dumnezeu. Mitropolitul Ierotheos Valchos spunea foarte bine în acest sens: „Pentru rugăciunea minţii, chiar şi lumina cea firească a soarelui sau a lămpii, dar chiar şi lumina zidurilor poate crea greutate, la fel cum greutatea o poate provoca şi zgomotul. Pentru a exersa rugăciunea minţii este nevoie de linişte. Culorile camerei trebuie să fie sumbre şi icoanele nu foarte luminoase." (...)

„Creştinul poate spune încet-încet, adică şi cu glas, rugăciunea, şi apoi atenţia să se oprească asupra minţii în inimă şi rostirea cu buzele să se oprească. Atât cât are puterea minţii, creştinul poate să rămână în aceasta, să o continue. Atunci când rugăciunea se epuizează, trebuie să o spună din nou cu gura. Este un mod de trăire a isihiei."[157]

---

[155] Mitropolit Hierotheos Vlachos, *Psihoterapia ortodoxă: ştiinţa sfinţilor părinţi*, traducere de Irina Luminiţa Niculescu, Editura Învierea, Arhiepiscopia Timişoarei, 1998, p. 361) apud https://doxologia.ro/linistea-inseamna-renuntarea-la-lupta-cu-gandurile (accesat pe 08.05.2024).

[156] Episcop Kallistos Ware, *Împărăţia lăuntrică,* Editura Christiana, 1996, p. 78 apud https://doxologia.ro/adancimea-isihiei (accesat pe 08.05.2024).

[157] Hierotheos Vlachos, Mitropolit de Nafpaktos şi Sfântul Vlasie, *Cunosc un om în Hristos: Părintele Sofronie de la Essex*, traducere din limba greacă de preot Şerban Tica, Editura Sophia, Bucureşti, 2011, pp. 232-233 apud https://doxologia.ro/rugaciunea-mintii-linistea (accesat pe 08.05.2024).